

信義國小 112學年度第1學期午餐食譜 第(9)週 食譜設計：午餐執秘 驗收：何淑錚														用餐教職員工數：		52				
														用餐學生數：		525				
2023/10/23				2023/10/24				2023/10/25				2023/10/26				2023/10/27				
星期一				星期二				星期三				星期四				星期五				
主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	
白飯				黑糯米飯				麵食				有機糙米飯				燕麥飯				
主菜：黑胡椒豬柳				主菜：香鬆魚柳				主菜：麵羹				主菜：三杯雞				主菜：海鮮煲				
洋蔥	15	kg	去皮	虱目魚柳	29	kg		白油麵	78	kg		全雞丁	42	kg	CAS冷藏	小魚丸	9	kg	CAS	
青蔥	1.6	kg	去蔥尾	味島海苔	3	包						九層塔	0.7	kg		虱目魚肚	6	kg	煮湯切塊	
豬柳	24	kg	CAS、厚4mm、長5cm	味島鯉魚	3	包						老薑片	1.5	kg	不漂白	虱目魚皮	5	kg	煮湯要切	
牛排醬	1	罐		(小袋子)	半斤/包							蒜仁	1.5	kg		肉絲	6	kg	CAS	
												麻油	1	瓶	西港區農會 -黑麻油					
												米酒	1	瓶						
								副菜：優酪乳								副菜：薑絲豆皮				
副菜：清蒸南瓜				副菜：小黃瓜炒黑輪				LIGHT優酪乳	583份	份		副菜：香蒜炒豆干				豆菊	9	kg	非基改	
南瓜	28	kg	去皮籽	小黃瓜	25	kg						豆干片	21	kg	非基改、HACCP	紅蘿蔔	2	kg	去皮	
碎紅蔥頭	0.7	kg		黑輪	6	kg	CAS如記	湯：虱目魚羹湯				肉絲	3	kg	CAS	薑絲	0.6	kg	不漂白	
絞肉	3	kg	CAS	蒜碎	0.4	kg		大白菜	13	kg	去粗葉	雪白菇	5	kg		濕木耳	6	kg		
								桶筍絲	5.5	kg		青蔥	1.5	kg	去蔥尾					
								紅蘿蔔	2.2	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg						
								肉絲	6	kg	CAS	豆瓣醬	醬油	少許						
副菜：蒜炒高麗菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				雞骨	6	kg	CAS冷藏	副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：芹香高麗菜				
高麗菜	35	kg	去粗葉	有機蔬菜	38	kg		魚羹	10.2	kg	HACCP	有機蔬菜	38	kg		高麗菜	25	kg	去粗葉	
紅蘿蔔	1.5	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg		雞蛋	10	kg		蒜碎	0.4	kg		芹菜	2.5	kg	去菜葉	
蒜碎	0.4	kg						木耳	0.3	kg										
								柴魚	1	包										
湯：紫菜金針菇湯				湯：豆腐味噌湯				蒜酥	1	包		湯：菇菇肉絲湯				湯：筍絲大骨湯				
金針菇	6	kg		豆腐	4	板	非基改、HACCP	黑醋	1	瓶		金針菇	6	kg		鮮竹筍絲	8	kg		
紫菜	0.5	kg		味噌	1	箱	非基改	蔥酥	1	包		鮮香菇	2	kg		乾香菇	0.5	kg		
青蔥	0.5	kg	去蔥尾	柴魚	1	包		香油	少許			杏鮑菇	2	kg		嫩薑絲	0.5	kg		
肉絲	3	kg	CAS	青蔥	2	kg	去蔥尾					肉絲	3	kg	CAS	大骨	6	kg	CAS	
																	鰹魚粉	少許		
								水果、飲品(優酪乳)				水果								

信義國小 112學年度第1學期午餐食譜 第(9)週 食譜設計：午餐執秘 驗收：何淑錚														用餐教職員工數：		52				
														用餐學生數：		525				
2023/10/23				2023/10/24				2023/10/25				2023/10/26				2023/10/27				
星期一				星期二				星期三				星期四				星期五				
主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	主食(食材)	數量	單位	備註	
白飯				黑糯米飯				麵食				有機糙米飯				燕麥飯				
主菜：黑胡椒豬柳				主菜：香鬆魚柳				主菜：麵羹				主菜：三杯雞				主菜：海鮮煲				
洋蔥	15	kg	去皮	虱目魚柳	29	kg		白油麵	78	kg		全雞丁	42	kg	CAS冷藏	小魚丸	9	kg	CAS	
青蔥	1.6	kg	去蔥尾	味島海苔	3	包						九層塔	0.7	kg		虱目魚肚	6	kg	煮湯切塊	
豬柳	24	kg	CAS、厚4mm、長5cm	味島鰹魚	3	包						老薑片	1.5	kg	不漂白	虱目魚皮	5	kg	煮湯要切	
牛排醬	1	罐		(小袋子)	半斤/包							蒜仁	1.5	kg		肉絲	6	kg	CAS	
												麻油	1	瓶	西港區農會 -黑麻油					
												米酒	1	瓶						
								副菜：優酪乳								副菜：薑絲豆皮				
副菜：清蒸南瓜				副菜：小黃瓜炒黑輪				LIGHT優酪乳	583份	份		副菜：香蒜炒豆干				豆菊	9	kg	非基改	
南瓜	28	kg	去皮籽	小黃瓜	25	kg						豆干片	21	kg	非基改、HACCP	紅蘿蔔	2	kg	去皮	
碎紅蔥頭	0.7	kg		黑輪	6	kg	CAS如記	湯：虱目魚羹湯				肉絲	3	kg	CAS	薑絲	0.6	kg	不漂白	
絞肉	3	kg	CAS	蒜碎	0.4	kg		大白菜	13	kg	去粗葉	雪白菇	5	kg		濕木耳	6	kg		
								桶筍絲	5.5	kg		青蔥	1.5	kg	去蔥尾					
								紅蘿蔔	2.2	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg						
								肉絲	6	kg	CAS	豆瓣醬	醬油	少許						
副菜：蒜炒高麗菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				雞骨	6	kg	CAS冷藏	副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：芹香高麗菜				
高麗菜	35	kg	去粗葉	有機蔬菜	38	kg		魚羹	10.2	kg	HACCP	有機蔬菜	38	kg		高麗菜	25	kg	去粗葉	
紅蘿蔔	1.5	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg		雞蛋	10	kg		蒜碎	0.4	kg		芹菜	2.5	kg	去菜葉	
蒜碎	0.4	kg						木耳	0.3	kg										
								柴魚	1	包										
湯：紫菜金針菇湯				湯：豆腐味噌湯				蒜酥	1	包		湯：菇菇肉絲湯				湯：筍絲大骨湯				
金針菇	6	kg		豆腐	4	板	非基改、HACCP	黑醋	1	瓶		金針菇	6	kg		鮮竹筍絲	8	kg		
紫菜	0.5	kg		味噌	1	箱	非基改	蔥酥	1	包		鮮香菇	2	kg		乾香菇	0.5	kg		
青蔥	0.5	kg	去蔥尾	柴魚	1	包		香油	少許			杏鮑菇	2	kg		嫩薑絲	0.5	kg		
肉絲	3	kg	CAS	青蔥	2	kg	去蔥尾					肉絲	3	kg	CAS	大骨	6	kg	CAS	
																	鰹魚粉	少許		
								水果、飲品(優酪乳)				水果								