

信義國小 109學年度第1學期午餐食譜 第(3)週 食譜設計：午餐執秘 驗收：夏宇彤												用餐教職員工數：		59						
												用餐學生數：		493						
2020/9/14				2020/9/15				2020/9/16				2020/9/17				2020/9/18				
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				白飯				麵食				有機糙米飯					白飯			
主菜：蒜泥白肉				主菜：鱈班魚排				主菜：義大利肉醬麵				主菜：親子丼				主菜：鳥蛋肉燥				
火鍋肉片(長)	30	kg	CAS、厚度2mm	鱈班魚排	585	份	80份/盒、HACCP	本色螺旋麵	30	kg	合成	洋蔥	15	kg	去皮	鳥蛋	10	kg	HACCP	
蒜泥	2.4	kg						鮮香菇	4	kg		雞蛋	14	kg		低脂絞肉	27	kg	CAS	
金蘭醬油膏	1	瓶						鮑魚菇	3.5	kg		青蔥	1	kg	去蔥尾	蒜碎	0.4	kg		
辣椒	0.1	kg						洋蔥	8.5	kg	去皮	去骨帶皮腩排肉丁	36	kg	CAS切丁	滷包	3	包		
								紅蘿蔔	3	kg	去皮	鴻禧菇	2	kg						
								青豆仁	3	kg	HACCP	米酒	1	罐						
								低脂絞肉	12	kg	CAS	味醂	1.5	桶						
								番茄醬	1	罐		醬油	少許							
副菜：香炒高麗菜				副菜：薑絲豆皮				磨菇醬				副菜：泡菜黃豆芽				主菜：紅蘿蔔炒玉米				
高麗菜	35	kg	去粗葉	豆菊	9	kg	非基改	牛排醬	1	罐		黃豆芽	20	kg	不漂白	玉米粒	18	kg	非基改、CAS	
鴻禧菇	2	kg		紅蘿蔔	1.7	kg	去皮					蒜碎	0.3	kg		青蔥	1.5	kg	去蔥尾	
薑絲	0.5	kg	不漂白	薑絲	0.6	kg	不漂白					韓式泡菜	3	kg	要切	紅蘿蔔	6	kg	去皮	
香油	少許			木耳	0.2	kg														
副菜：培根小黃瓜				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：燙青花菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：蒜炒油菜				
小黃瓜	25	kg		有機蔬菜	37	kg	民安	綠花椰菜	15	kg	CAS	有機蔬菜	37	kg	民安	油菜	35	kg		
蒜碎	0.6	kg		蒜碎	0.4	kg						蒜碎	0.4	kg		蒜碎	0.4	kg		
培根碎片	3	kg																		
湯：豆薯蛋花湯				湯：胡瓜魚丸湯				湯：南瓜濃湯				湯：筍片龍骨湯				湯：香菇雞湯				
豆薯	16	kg	去皮完整	胡瓜	19	kg	去皮籽	南瓜	12	kg	去皮籽	筍片	8	kg		全雞丁	18	kg	CAS	
青蔥	1.5	kg	去蔥尾	小魚丸	9	kg	HACCP	青蔥	0.7	kg	去蔥尾	龍骨	9	kg	CAS	乾香菇	0.5	kg		
雞蛋	5	kg						雞蛋	8.4	kg							老薑片	0.7	kg	不漂白
								玉米濃湯粉	5	包							米酒	2	瓶	
				水果																

執行秘書：

護理師：

教務主任：

校長：