

信義國小 109學年度第1學期午餐食譜 第（4）週 食譜設計：午餐執秘 驗收：金寧娟														用餐教職員工數：		59							
														用餐學生數：		493							
2020/9/21				2020/9/22				2020/9/23				2020/9/24				2020/9/25				2020/9/26			
星期一				星期二				星期三				星期四				星期五				星期六			
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	主食(食材)	數量	單位	備註
白飯				白飯				麵食				有機糙米飯				白飯				白飯			
主菜：黑胡椒豬柳				主菜：秋刀魚				主菜：豆菜麵				主菜：紅燒瓜仔雞				主菜：五香滷味				主菜：韓式泡菜炒肉			
洋蔥	17.5	kg	去皮	秋刀魚	585	份	去頭尾腸、HACCP	豆菜麵	84	kg	扁條、不加鹹及色素	全雞丁	42	kg	CAS	白蘿蔔	17.5	kg	去皮	火鍋肉片(長)	27	kg	CAS、厚度2mm
青蔥	1.6	kg	去蔥尾	備分	15	份	去頭尾腸、HACCP	蒜泥	4	kg		瓜仔罐	2	罐		海帶結	9	kg		蒜泥	0.5	kg	
豬柳	21	kg	CAS、厚4mm、長5cm					金蘭醬油膏	1	罐		薑片	0.8	kg		絞肉	12	kg	CAS	韓式泡菜	6	kg	要切
牛排醬	1	罐						鯷魚粉	少許							小黑輪條	9	kg	HACCP丸揚				
蘑菇醬	0.5	罐		秋刀魚1箱10kg/150片				香油	少許							滷包	2	包					
副菜：炒四色				副菜：青蔥蒸蛋				副菜：清燙豆芽菜				副菜：玉米毛豆炒肉				副菜：胡瓜炒黑輪				副菜：泡菜黃豆芽			
玉米粒	10	kg	非基改、CAS	雞蛋	26	kg		豆芽菜	26	kg	不漂白	玉米粒	15	kg	非基改、CAS	胡瓜	34	kg	去皮籽	黃豆芽	22	kg	不漂白
毛豆仁	6	kg	CAS	青蔥	0.6	kg						毛豆仁	7	kg	CAS	黑輪	6	kg	CAS如記	蒜碎	0.3	kg	
紅蘿蔔	7	kg	去皮	柴魚	0.5	包						紅蘿蔔	7	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg		韓式泡菜	3	kg	要切
鮮香菇	3	kg										低脂絞肉	3	kg	CAS								
白豆干丁	6	kg	非基改、HACCP																				
副菜：蒜炒白花椰菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：肉鬆麵包(大)				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：蒜炒油菜				副菜：小黃瓜炒豆皮			
冷凍白花椰菜	37	kg	CAS	有機蔬菜	37	kg	民安	肉鬆麵包	555	份		有機蔬菜	37	kg	民安	油菜	37	kg		小黃瓜	25	kg	
紅蘿蔔	1	kg	去皮	蒜碎	0.4	kg						蒜碎	0.4	kg		蒜碎	0.4	kg		豆皮	2	kg	非基改
蒜碎	0.4	kg																		蒜碎	0.5	kg	
湯：餛飩湯				湯：冬瓜干貝湯				湯：高麗菜排骨湯				湯：榨菜肉絲湯				湯：蟹肉蛋花湯				湯：當歸鴨肉湯			
雲吞	660	粒	CAS/HACCP	冬瓜	23	kg	去皮籽	高麗菜	25	kg	去粗葉	榨菜絲	9	kg		雞蛋	17	kg		素鴨肉片	5	kg	
青蔥	0.5	kg	去蔥尾	小干貝	1	kg		龍骨	9	kg	CAS	青蔥	1.8	kg	去蔥尾	青蔥	2.3	kg		老薑片	0.6	kg	
				薑絲	0.5	kg	不漂白					肉絲	3	kg	CAS	蟹肉棒	1	包	HACCP	當歸料	300	元	昭安
桂冠雲吞30粒/360g/盤*20盤=600粒																鯷魚粉	少許			米酒	2	瓶	
				水果																			

執行秘書：

護理師：

教務主任：

校長：