

信義國小 109學年度第1學期午餐食譜 第（7）週 食譜設計：午餐執秘 驗收：吳珮瑜												用餐教職員工數：		59					
												用餐學生數：		489					
2020/10/12				2020/10/13				2020/10/14				2020/10/15				2020/10/16			
星期一				星期二（五年級參訪）				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			減量65人	麵食				有機糙米飯				白飯			
主菜：貢丸肉燥				主菜：酒香魚柳				主菜：台式炒意麵				主菜：鹹酥雞				主菜：蒙古炒肉			
小貢丸	7.8	kg	HACCP	虱目魚柳	33	29kg		鍋燒意麵	570	顆		去皮雞胸丁	42	kg	CAS冷藏	豬柳	24	kg	CAS
低脂絞肉	24	kg	CAS	豆豉	2	包		火鍋肉片	15	kg	CAS	九層塔	1	kg		蒜碎	0.8	kg	
蔥酥	2	包		老薑絲	1	0.9kg	不漂白	高麗菜	19	kg	去粗葉	胡椒鹽	2	盒	合成	沙茶醬	1	瓶	
滷包	3	包		米酒	1	瓶		魚板	3	kg		酥炸粉	4	包	合成				
								乾香菇	0.3	kg									
								洋蔥	8	kg	去皮								
副菜：螞蟻上樹				副菜：洋蔥炒蛋				米酒				副菜：麻婆豆腐				副菜：燕草如碧絲			
冬粉	2.4	捆		洋蔥	22	20kg	去皮	味醂	1	桶		豆腐	6	板	非基改、HACCP	高麗菜	22	kg	去粗葉
木耳	0.1	kg		雞蛋	17	16kg						蒜碎	0.5	kg		豆芽菜	11	kg	不漂白
蝦米	0.1	kg										青蔥	0.5	kg	去蔥尾				
高麗菜	11	kg	去粗葉									低脂絞肉	3	kg	CAS				
紅蘿蔔	1.5	kg	去皮									豆瓣醬	1	瓶					
青蔥	1	kg	去蔥尾																
絞肉	3	kg	CAS																
副菜：培根小黃瓜				副菜：蒜炒有機蔬菜				十月飲品				副菜：蒜炒有機蔬菜				副菜：蒜炒白綠花椰菜			
小黃瓜	25	kg		有機蔬菜	37	34kg	民安	全脂鮮乳	550	份		有機蔬菜	37	kg	民安	白花椰菜	24	kg	CAS
蒜碎	0.6	kg		蒜碎	0.4	kg						蒜碎	0.4	kg		綠花椰菜	13	kg	CAS
培根碎片	3	kg														蒜碎	0.4	kg	
湯：冬瓜干貝湯				湯：豆腐味噌湯				湯：關東煮				湯：紫菜蛋花湯				湯：胡瓜排骨湯			
冬瓜	23	kg	去皮籽	豆腐	5	4板	非基改、HACCP	白蘿蔔	16	kg	去皮	雞蛋	10.8	kg		胡瓜	23	kg	去皮籽
小干貝	1	kg		味噌	1	箱	非基改	秀珍菇	4	kg		紫菜	0.6	kg		龍骨	9	kg	CAS
薑絲	0.5	kg	不漂白	柴魚	1	包		黑輪條	6	kg	CAS	青蔥	0.9	kg	去蔥尾				
				青蔥	2	kg	去蔥尾					柴魚	1	包					
				水果 減量															
執行秘書：				護理師：				教務主任：				校長：				本校一律使用國產豬、牛肉食材			