

信義國小 110學年度第1學期午餐食譜 第(17)週 食譜設計：午餐執秘 驗收：李宛儒														用餐教職員工數：		58			
														用餐學生數：		517			
2021/12/20				2021/12/21				2021/12/22				2021/12/23				2021/12/24			
星期一 五六年級戶外				星期二 五六年級戶外				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			減量123	白飯		減量123	冬至	麵食				有機糙米飯				小米飯			
主菜：冬瓜燜雞				主菜：烏魚				主菜：什錦板條				主菜：三杯雞				主菜：蘿蔔燒肉			
骨腿丁	36	30kg	CAS冷藏	烏魚	600	490份	約80g/份	板條	84kg		裕大行五天前訂 要切 3kg/	骨腿丁	42	kg	CAS冷藏	豬肉丁	27	kg	CAS、胛心
冬瓜	11	9kg	去皮籽	備分	20	10份						九層塔	0.7	kg		白蘿蔔	12	kg	去皮
薑絲	0.5	0.4kg	不漂白									老薑片	1.5	kg	不漂白	紅蘿蔔	6	kg	去皮
												蒜仁	1.5	kg		青蔥	1	kg	去蔥尾
												麻油	1	瓶	西港區農會-黑麻油	薑片	0.8	kg	
												米酒	1	瓶		滷包	3	包	
副菜：清蒸南瓜				副菜：黑胡椒豆芽菜				一二五六*2年級戶外教育補給-飲品、麵包				副菜：胡瓜炒黑輪				副菜：香滷豆干丁			
南瓜	28	22kg	去皮籽	豆芽菜	28	22kg	不漂白	法式小丸子、果汁牛乳	293	份	G1256	胡瓜	34	kg	去皮籽	白豆干丁	21	kg	非基改、HACCP
碎紅蔥頭	0.7	0.6kg		紅蘿蔔	1.4	1kg	去皮	大理石蛋糕、波蜜葡萄汁160cc	123	份	G56	黑輪	6	kg	CAS如記	低脂絞肉	3	kg	CAS
低脂絞肉	3	kg	CAS	蒜碎	0.4	0.3kg						蒜碎	0.4	kg		蒜碎	0.4	kg	
				黑胡椒醬	1	罐										滷包	2	包	
副菜：泡菜高麗菜				副菜：蒜炒有機蔬菜				湯：什錦板條湯底				副菜：蒜香蘑菇花椰菜				副菜：蒜炒油菜			
高麗菜	30	23kg	去粗葉	有機蔬菜	35	27kg	民安	高麗菜	19	kg	去粗葉、高山	白花椰菜	20	kg	加工	有機油菜	35	kg	
韓式泡菜	6	kg	要切	蒜碎	0.4	kg		肉絲	6	kg	CAS	綠花椰菜	10	kg	加工	蒜碎	0.4	kg	
蒜碎	0.4	0.3kg						乾香菇	0.5	kg		蒜碎	0.4	kg					
								碎紅蔥頭	1.3	kg		蘑菇醬	1	罐	牛排醬少許				
湯：玉米排骨湯				湯：南瓜濃湯				大骨				湯：筍片龍骨湯				湯：紫菜蛋花湯			
甜玉米塊	25	20kg	切塊2cm	南瓜	12	9kg	去皮籽	小魚丸	9	kg		筍片	8	kg		雞蛋	10.8	kg	
龍骨	6	kg	CAS	青蔥	0.7	0.5kg	去蔥尾					龍骨	9	kg	CAS	紫菜	0.6	kg	
				雞蛋	8.4	6.5kg										青蔥	0.9	kg	去蔥尾
				玉米濃湯粉	5	4包										鰹魚粉	少許		
				水果 減量															

執行秘書：

護理師：

總務主任：

校長：

本校一律使用國產豬、牛肉食材