

信義國小 111年89月營養葷食菜單 嘉丞食品廠提供【本公司使用之豬肉皆為國產豬肉，請安心食用】

日期	星期	主食	主菜/烹調方式		湯
8/30	二	香鬆飯/煮	洋蔥肉絲/炒	香炒大瓜/煮	青菜/炒 鮮菇蘿蔔湯/煮
		香鬆適量 白米80	洋蔥20肉絲30	大黃瓜60	青菜70 蘿蔔20g 金針菇10
8/31	三	大滷麵/煮	車輪素什錦/炒	梅粉地瓜/炸	青菜/炒 大滷湯/煮
蔬食日		油麵200	車輪30g.小黃瓜15g. 木耳10g.紅蘿蔔10g	梅粉適量 地瓜50	青菜70 筍絲20蛋液15大白菜15
9/1	四	胚芽飯/煮	沙茶大白魚柳/煮	螞蟻上樹/炒	青菜/炒 冬瓜魚丸湯/煮
		胚芽米10 白米70	大白菜20 虱目魚柳40	冬粉15 豆芽菜15 木耳5	青菜70 冬瓜10 魚丸5
9/2	五	白飯/煮	三杯雞/炒	韭菜豆干/炒	青菜/炒 薑絲海芽湯/煮
		白米80	雞丁40 薑片1 九層塔1	韭菜3 豆干50	青菜70 薑絲1 海帶芽10