

| 信義國小 109學年度第2學期午餐食譜 第(11)週 食譜設計：午餐執秘 驗收：呂玫娜 |     |    |         |                   |     |    |         |                |     |    |       |                 |     | 用餐教職員工數： |              | 59               |     |    |         |
|---|-----|----|---------|-------------------|-----|----|---------|----------------|-----|----|-------|-----------------|-----|----------|--------------|------------------|-----|----|---------|
|   |     |    |         |                   |     |    |         |                |     |    |       |                 |     | 用餐學生數：   |              | 494              |     |    |         |
| 2021/5/3                                    |     |    |         | 2021/5/4          |     |    |         | 2021/5/5       |     |    |       | 2021/5/6        |     |          |              | 2021/5/7         |     |    |         |
| 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               |     |    |         |
| <b>主菜：貢丸肉燥</b>                              |     |    |         | <b>主菜：香酥虱目魚柳條</b> |     |    |         | <b>主菜：鍋燒意麵</b> |     |    |       | <b>主菜：回鍋肉</b>   |     |          |              | <b>主菜：麵輪滷肉丁</b>  |     |    |         |
| 小貢丸   | 9   | kg | CAS     | 虱目魚柳              | 32  | kg |         | 鍋燒意麵           | 650 | 顆  |       | 火鍋肉片(長)         | 21  | kg       | CAS、厚度2mm    | 麵輪               | 7   | kg | 非基改     |
| 低脂絞肉  | 24  | kg | CAS     |                   |     |    |         |                |     |    |       | 小油豆腐            | 15  | kg       | 非基改、HACCP、切丁 | 豬肉丁              | 15  | kg | CAS     |
| 蔥酥  | 1   | 包  |         |                   |     |    |         |                |     |    |       | 青蔥              | 2.8 | kg       | 去蔥尾          | 紅蘿蔔              | 3   | kg | 去皮      |
| 滷包  | 3   | 包  |         |                   |     |    |         |                |     |    |       | 蒜碎              | 0.7 | kg       |              | 滷包               | 3   | 包  |         |
| <b>副菜：螞蟻上樹</b>                              |     |    |         | <b>副菜：胡瓜炒黑輪</b>   |     |    |         | <b>副菜：水煮蛋</b>  |     |    |       | <b>副菜：炒四色</b>   |     |          |              | <b>副菜：黑胡椒豆芽菜</b> |     |    |         |
| 冬粉  | 2.4 | 捆  |         | 胡瓜                | 34  | kg | 去皮籽     | 雞蛋             | 585 | 粒  |       | 玉米粒             | 10  | kg       | 非基改、CAS      | 豆芽菜              | 28  | kg | 不漂白     |
| 木耳  | 0.1 | kg |         | 黑輪                | 6   | kg | CAS如記   |                |     |    |       | 毛豆仁             | 6   | kg       | CAS          | 紅蘿蔔              | 1.4 | kg | 去皮      |
| 蝦米  | 0.1 | kg |         | 蒜碎                | 0.4 | kg |         |                |     |    |       | 紅蘿蔔丁            | 7   | kg       | CAS          | 蒜碎               | 0.4 | kg |         |
| 高麗菜   | 11  | kg | 去粗葉     |                   |     |    |         |                |     |    |       | 鮮香菇             | 3   | kg       |              | 黑胡椒醬             | 1   | 罐  |         |
| 紅蘿蔔   | 1.5 | kg | 去皮      |                   |     |    |         |                |     |    |       |                 |     |          |              |                  |     |    |         |
| 青蔥  | 1   | kg | 去蔥尾     |                   |     |    |         |                |     |    |       |                 |     |          |              |                  |     |    |         |
| 低脂絞肉  | 3   | kg | CAS     |                   |     |    |         |                |     |    |       |                 |     |          |              |                  |     |    |         |
| <b>副菜：蒜炒油菜</b>                              |     |    |         | <b>副菜：蒜炒有機蔬菜</b>  |     |    |         | <b>湯：鍋燒意麵湯</b> |     |    |       | <b>副菜：奶油花椰菜</b> |     |          |              | <b>副菜：燙高麗菜</b>   |     |    |         |
| 有機油菜  | 35  | kg |         | 有機蔬菜              | 35  | kg | 民安      | 小白菜            | 16  | kg |       | 白花椰菜            | 28  | kg       | 加工           | 高麗菜              | 22  | kg | 去粗葉     |
| 蒜碎  | 0.4 | kg |         | 蒜碎                | 0.4 | kg |         | 鮮香菇            | 4   | kg |       | 培根碎片            | 3   | kg       | CAS          |                  |     |    |         |
|   |     |    |         |                   |     |    |         | 魚板             | 3   | kg | HACCP | 蒜碎              | 0.4 | kg       |              |                  |     |    |         |
|   |     |    |         |                   |     |    |         | 火鍋肉片           | 15  | kg | CAS   | 乳香玉米濃湯粉         | 2   | kg       | 小磨坊          |                  |     |    |         |
| <b>湯：冬瓜蛤蜊湯</b>                              |     |    |         | <b>湯：玉米濃湯</b>     |     |    |         | <b>沙茶粉</b>     |     |    |       | <b>湯：雙菇鮮味湯</b>  |     |          |              | <b>湯：皮蛋瘦肉湯</b>   |     |    |         |
| 冬瓜  | 23  | kg | 去皮籽     | 玉米粒               | 11  | kg | 非基改、CAS | 雞骨             | 6   | kg | CAS   | 白蘿蔔             | 22  | kg       | 去皮           | 皮蛋               | 116 | 粒  |         |
| 薑絲  | 0.5 | kg | 不漂白     | 雞蛋                | 8.4 | kg |         | 黃金魚蛋           | 9   | kg | HACCP | 鮮香菇             | 2   | kg       |              | 肉絲               | 9   | kg | CAS     |
| 蛤蜊  | 7   | kg | 中等、吐沙完成 | 青蔥                | 1   | kg | 去蔥尾     |                |     |    |       | 秀珍菇             | 2.5 | kg       |              | 玉米粒              | 5   | kg | 非基改、CAS |
|   |     |    |         | 紅蘿蔔               | 1   | kg | 去皮      |                |     |    |       | 雞骨              | 6   | kg       | CAS冷藏        | 毛豆仁              | 3   | kg | CAS     |
|   |     |    |         | 玉米濃湯粉             | 5   | 包  |         |                |     |    |       |                 |     |          |              | 蟹肉棒              | 1   | 包  |         |
|   |     |    |         | <b>水果</b>         |     |    |         |                |     |    |       |                 |     |          |              |                  |     |    |         |

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