

臺北市立啟聰學校 113 學年度 2 學期學生宿舍第 11 週伙食菜單(修改一)

日期	星期	早餐(20 人)	午餐(144 人)	晚餐(20 人)
04/21	一 有機	校慶補假一天 [視留校人數訂餐]	校慶補假一天 [視留校人數訂餐]	校慶補假一天 [視留校人數訂餐]
04/22	二 有機	豆漿 饅頭夾肉鬆 蘿蔔糕 飯糰* 肉包 (數量未定)	1. 紅燒軟排(CAS 軟排丁 12 公斤洋蔥片 2 公斤胡蘿蔔片 2 公斤白蘿蔔片 6 公斤) 2. 炒什錦(CAS 豬肉絲 2 公斤生香菇丁 5 公斤冷凍玉米粒 5 公斤胡蘿蔔丁 2 公斤) 3. 有機蘿蔓萵苣 13 公斤(有機杏鮑菇 1 公斤)(3 人不用餐) 4. 赤肉羹清湯(赤肉羹塊 2 公斤#白蘿蔔丁 4 公斤) ◎主食：有機白米飯(有機白米 12 公斤#)	1. 味噌香豬(杏鮑菇塊 1 公斤 CAS 豬肉塊 2 公斤味噌 0.3 公斤#) 2. 燴白菜(大白菜塊 1.5 公斤 CAS 小排丁 1 公斤#披薩絲 1 公斤#)(3 人搭伙) 3. 三章一 Q 時令青菜 2 公斤 4. 羅宋湯(CAS 絞肉 1 公斤#牛番茄 1 公斤洋蔥丁 1 公斤洋芋塊 1 公斤) ※蒜頭 1 公斤#、蔥 1 公斤、老薑 1 公斤#、QR 雞蛋 1 箱用一星期※
04/23	三	米漿 230 元 花生厚片 5 份* 火腿蛋吐司 5 份 玉米蛋餅 5 份 蔥油餅 5 份	1. 義式雞腿丁(CAS 去骨雞腿肉丁 12 公斤杏鮑菇塊 3 公斤牛番茄 5 公斤冷凍綠花椰菜 3 公斤義式香料粉 0.6 公斤#) 2. 杏鮑菇片炒四季豆(杏鮑菇片 5 公斤冷凍四季豆 5 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤) 3. 三章一 Q 時令青菜 14 公斤 4. 海帶魚丸湯(濕海帶芽 0.6 公斤小虱目魚丸 3 公斤)(1 人不用餐) 5. 三章一 Q 時令水果 143 份 ◎主食：糙米飯(糙米 0.6 公斤#)	1. 鹽水雞(CAS 雞胸肉丁 2 公斤玉米筍段 0.6 公斤冷凍白花椰菜 1 公斤) 2. 炒小甜不辣條 1.5 公斤(CAS 豬肉絲 1 公斤) 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 南瓜濃湯(洋蔥丁 1 公斤南瓜塊 1 公斤奶粉 0.5 公斤#) 5. 宵夜-蔥花麵包 5 個+紅豆麵包 5 個+肉鬆麵包 5 個+克林姆麵包 5 個+保久乳 20 罐
04/24	四 有機 特餐	豆漿 230 元 燒餅夾培根 5 份 饅頭夾蛋 5 份* 煎餃 5 份 蛋餅 5 份	1. 椒鹽洋芋丁(洋芋塊 7 公斤地瓜塊 7 公斤) 2. 有機小白菜 13 公斤 3. 珍珠綠豆湯(綠豆 3 公斤粉圓 3 公斤)(5 人不用餐) ◎主食：麻油雞高麗菜飯(CAS 去骨雞腿肉丁 12 公斤有機白米 12 公斤#高麗菜片 10 公斤生香菇絲 6 公斤杏鮑菇丁 6 公斤黑麻油 0.6 公斤#薑片 1 公斤#)	1. 泡菜雞肉(CAS 去骨雞腿肉丁 2 公斤不辣泡菜 1 公斤) 2. 肉絲炒蛋(CAS 豬肉絲 1 公斤胡蘿蔔絲 1 公斤 QR 雞蛋 3 公斤#) 3. 三章一 Q 時令青菜 2 公斤 4. 玉米濃湯(冷凍玉米粒 1 公斤 QR CODE 雞蛋 2 公斤#)(3 人搭伙)
04/25	五	米漿 230 元 巧克力厚片 5 份 原味蛋餅 5 份 肉鬆蛋吐司 5 份 火腿蛋餅 5 份*	1. 醬燒鮭魚片(冷凍履歷章 Q 鮭魚片 12 公斤洋蔥片 3 公斤蒜苗 1 公斤冰糖 5 公斤高麗菜片 5 公斤) 2. 絲瓜油豆腐(絲瓜片 8 公斤非基改三角油豆腐 8 公斤) 3. 三章一 Q 時令青菜 14 公斤 4. 香菇雞湯(CAS 去骨雞腿肉丁 4 公斤生香菇片 1 公斤乾香菇 0.6 公斤#) 5. 三章一 Q 時令水果 144 份 ◎主食：薑黃飯(薑黃粉 0.5 公斤#)	1. 炒飯#(香菇絲 1 公斤#蔥花 0.6 公斤#胡蘿蔔絲 1 公斤#CAS 豬肉絲 2 公斤#) *本校一律使用國產豬、雞肉食材
04/26	六	[視留校人數訂餐]	[視留校人數訂便當]	[視留校人數訂便當]
04/27	日	[視留校人數訂餐]	[視留校人數訂便當]	[視留校人數訂便當]

註：所需經費由住校生生活費及搭伙師生費用支付、每日時令青菜會選擇含鈣青菜、#廚房有現貨