

臺北市立啟聰學校 114 學年度 1 學期學生宿舍第 06 週伙食菜單(修改一)

日期	星期	早餐(18 人)	午餐(144 人)	晚餐(18 人)
10/06	一	[視留校人數訂餐] 中秋節放假一天	[視留校人數訂便當] 中秋節放假一天	[視留校人數訂便當] 中秋節放假一天
10/07	二 有機	豆漿(小杯) 蘑菇炒麵 起司蛋餅 肉鬆蛋吐司 培根蛋吐司* (數量未定)	1. 三杯麻油里肌(CAS 豬肉片 12 公斤 生香菇片 4 公斤洋蔥片 2 公斤高麗 菜片 3 公斤黑麻油 0.5 公斤#) 2. 秀珍菇炒青白花(秀珍菇段 3 公斤 冷凍綠花椰菜 5 公斤冷凍白花椰菜 5 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤#) 3. 有機荷葉白菜 13 公斤(2 人不用餐) 4. 肉骨茶湯(CAS 豬肉塊 3 公斤包心白 菜塊 2 公斤胡蘿蔔片 1 公斤肉骨茶包 約 0.6 公斤(10 包)CAS 小排丁 3 公斤#) ◎主食：麥片飯(麥片 0.6 公斤)	1. 鮮椒香腸(香腸 1.5 公斤黃椒片 0.6 公斤紅椒片 0.6 公斤) 2. 炒小黃瓜片 1 公斤(CAS 豬肉絲 1 公斤 胡蘿蔔片 0.6 公斤) 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 玉米濃湯(冷凍玉米粒 1 公斤 QR 雞蛋 2 公斤#) ※蒜頭 0.5 公斤、蔥 0.5 公斤、老薑 0.5 公斤、QR 雞蛋 1 箱用一星期※
10/08	三	豆漿 230 元 饅頭夾肉鬆 2 份 蘿蔔糕 2 份 飯糰 3 份* 肉包 2 份	1. 醬燒菇雞( CAS 去骨雞腿肉塊 12 公 斤杏鮑菇片 5 公斤生香菇片 4 公斤) 2. 四季豆炒豆干(非基改黃豆干片 7 公 斤冷凍四季豆 5 公斤 CAS 豬肉絲 3 公斤) 3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤 4. 青木瓜排骨湯(青木瓜塊 3 公斤 CAS 軟排丁 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. 糖醋豬肉(洋蔥片 0.6 公斤 CAS 豬肉 塊 2 公斤紅椒片 0.6 公斤) 2. 肉絲炒蛋(CAS 豬肉絲 1 公斤 QR 雞蛋 2 公斤#) 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 小白菜段 0.6 公斤湯(QR 雞蛋 2 公斤#) 5. 宵夜-起司條 4 個+日式大蒜 4 個+玉米 蛋沙拉 5 個+起酥肉鬆 5 個+保久乳 18 罐
10/09	四 有機 蔬特	豆漿(小杯)18 杯 黑胡椒炒麵 2 份 火腿蛋吐司 2 份 玉米蛋餅 2 份 蔥油餅加蛋 3 份*	1. 椒鹽洋芋地瓜(洋芋中塊 8 公斤黃 地瓜塊 8 公斤胡椒鹽 0.3 公斤#) 2. 有機白松菜 13 公斤 3. 綠豆仙草湯(綠豆 2 公斤仙草 8 公 斤)(1 人不用餐) ◎主食：沙茶蔬菜麵疙瘩(冷凍綠花椰 菜 3 公斤紅椒片 2 公斤胡蘿蔔片 1 公斤芹菜段 2 公斤洋蔥片 2 公斤麵疙 瘩 18 公斤沙茶醬 0.3 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#有機白米 3 公斤#) *本校一律使用國產 豬、雞肉食材
10/10	五	[視留校人數訂餐] 雙十節放假一天	[視留校人數訂便當] 雙十節放假一天	[視留校人數訂便當] 雙十節放假一天
10/11	六	[視留校人數訂餐]	[視留校人數訂便當]	[視留校人數訂便當]
10/12	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

學務處

衛生組長

學務主任