

臺北市立啟聰學校 114 學年第 1 學期學生宿舍第 09 週伙食菜單-修訂 1

日期	星期	早餐(18 人)	午餐(145 人)	晚餐(18 人)
10/27	一 有機	豆漿(小杯)*15 杯 巧克力厚片 1 份 起司蛋吐司 2 份 奶油厚片 2 份 *肉鬆蛋吐司 2 份	1. 咖哩豬肉丁 CAS 豬肉塊 12 公斤胡蘿蔔塊 3 公斤洋芋塊 7 公斤洋蔥片 1 公斤咖哩塊 2 公斤 2. 甜豆炒豆干片冷凍甜豆筴 6 公斤 CAS 絞肉 2 公斤生香菇片 3 公斤非基改黃豆干片 6 公斤 3. 有機油江菜 13 公斤 4. 海帶貢丸湯-小貢丸 3 公斤乾紫菜 1 公斤# 5. 起司片 144 片 ◎主食:有機白米飯 12 公斤#(1 人不搭伙)	1. 洋蔥炒雞丁 CAS 雞胸肉塊 2 公斤洋蔥片 1 公胡蘿蔔片 0.5 公斤 2. 螞蟥上樹 CAS 絞肉 1 公斤冬粉 2 公斤# 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 大黃瓜湯大黃瓜塊 2 公斤 CAS 豬肉塊 1 公斤 ※蔥 2 公斤#、老薑 2 公斤、QR 雞蛋 1 箱※ (2 人搭伙)
10/28	二 有機	豆漿(小杯)*18 杯 肉鬆三明治 3 份 玉米蛋餅 2 份 花生厚片 2 份 *漢堡三明治 2 份	1. 雙蔥燜豬肉 CAS 豬肉片 12 公斤胡蘿蔔片 2 公斤洋蔥片 3 公斤蔥 1 公斤#黃椒片 3 公斤 2. 金菇炒蛋 QR 雞蛋 5 公斤#金針菇段 3 公斤胡蘿蔔絲 4 公斤 3. 有機青松菜 13 公斤 4. 赤肉羹清湯赤肉羹塊 3 公斤白蘿蔔丁 5 公斤 (2 人不搭伙) ◎主食:地瓜飯(黃地瓜塊 3 公斤)	1. 京醬排骨 CAS 軟排丁 2 公斤甜麵醬 0.4 公斤#胡蘿蔔絲 0.5 公斤 2. 蛋炒肉絲 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. 綠豆芋圓湯綠豆 1 公斤芋圓 1.2 公斤
10/29	三	豆漿 230 元 饅頭夾蛋 3 份 燒餅夾培根 2 份 肉包 2 份 *燒餅夾豬排 2 份	1. 蔥燒雞丁 CAS 去骨雞腿丁 12 公斤洋蔥片 3 公斤杏鮑菇片 5 公斤蔥段 0.5 公斤# 2. 洋蔥麵腸炒肉片麵腸切片 7 公斤洋蔥片 4 公斤 CAS 豬肉片 7 公斤 3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤 4. 山藥排骨湯山藥塊 3 公斤 CAS 小排丁 3 公斤 5. 三章一 Q 時令水果 144 份 (1 人不搭伙) ◎主食:芝麻飯(熟黑芝麻 0.2 公斤)	1. 竹筍炒肉絲 CAS 豬肉片 1 公斤竹筍片 1.5 公斤黑木耳絲 0.5 公斤 2. 炒小甜不辣小甜不辣條 2 公斤青蔥 0.2 公斤#豬肉片 1 公斤 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 綜合火鍋料湯綜合火鍋料 1 公斤白蘿蔔丁 1 公斤 5. 宵夜-紅豆麵包 5 個+蔥花麵包 5 個+菠蘿麵包 4 個+肉鬆麵包 4 個
10/30	四 有機 特餐	豆漿(小杯)*18 杯 火腿蛋吐司 3 份 草莓厚片 2 份 奶酥吐司 2 份 *培根蛋吐司 4 份	1. 照燒雞腿丁 CAS 去骨雞腿丁 9 公斤杏鮑菇塊 3 公斤生香菇片 3 公斤白蘿蔔丁 4 公斤 2. 有機荷葉白菜 13 公斤 3. 地瓜西米露地瓜塊 8 公斤西谷米 2 公斤 ◎主食:香腸炒飯有機白米 12 公斤#香腸 5 公斤冷凍蝦仁 3 公斤高麗菜片 3 公斤洋蔥片 3 公斤胡蘿蔔絲 2 公斤 QR 雞蛋 5 公斤 (1 人不搭伙)	1. 醬燒雞腿肉 CAS 去骨雞腿塊 2 公斤胡蘿蔔塊 1 公斤 2. 木須肉 CAS 豬肉絲 1 公斤黑木耳絲 1 公斤胡蘿蔔絲 0.5 公斤 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 冬瓜湯冬瓜塊 2 公斤 CAS 豬肉片 1 公斤薑 0.3 公斤# (1 人搭伙)
10/31	五	豆漿 230 元 燒餅夾蛋 3 份 蛋餅 2 份 饅頭夾肉鬆 2 份 *飯糰 2 份	1. 三杯雞 CAS 去骨雞腿丁 12 公斤杏鮑菇塊 5 公斤九層塔 0.3 公斤洋蔥片 2 公斤胡蘿蔔絲 2 公斤 2. 四季豆炒什錦冷凍四季豆段 8 公斤 CAS 豬肉片 2 公斤生香菇片 3 公斤秀珍菇 3 公斤 3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤 4. 香菇雞湯 CAS 去骨雞腿丁 3 公斤生香菇片 3 公斤薑 1 公斤# 5. 三章一 Q 時令水果 145 份 ◎主食:五穀飯(五穀米 1 公斤)	1. 蛋炒飯豬肉絲 1 公斤#洋蔥絲 0.6 公斤#胡蘿蔔絲 0.3 公斤#QR 雞蛋 0.5 公斤#  <b>* 本校一律使用國產豬肉、雞肉食材</b>
11/01	六	視留校人數訂餐	視留校人數訂便當	視留校人數訂便當
11/02	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 # (廚房有現貨)

註:每日時令青菜會選擇含鈣青菜

學務處

衛生組長

學務主任