

臺北市立啟聰學校 114 學年度第 1 學期學生宿舍第 18 週伙食菜單(修改三)

日期	星期	早餐(18人)	午餐(145人)	晚餐(18人)
12/29	一 有機	豆漿(小杯) 肉鬆蛋餅 起司蛋吐司 火腿蛋餅 培根蛋吐司*(數量未定)	1. 蔥燒紅麵肉片(CAS 豬肉片 12 公斤 洋蔥片 2 公斤 鴻喜菇段 5 公斤 蔥 0.5 公斤 紅麵醬 0.5 公斤 #) 2. 西芹雙菇(西洋芹段 4 公斤 生香菇片 4 公斤 杏鮑菇片 5 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤) 3. 有機菠菜 13 公斤 4. 蕃仁排骨湯(大蕃仁 2 公斤 # CAS 軟排丁 3 公斤) 5. 起司片 144 片 #(1 人不用餐) ◎主食：有機白米飯(有機白米 12 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. 洋蔥炒蛋(洋蔥絲 2 公斤 QR 雞蛋 3 公斤 #) 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 綠豆湯(綠豆 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※
12/30	二 有機	豆漿(小杯)18 杯 培根蛋餅 2 份 起司蛋餅 2 份 肉鬆蛋吐司 2 份 蘑菇炒麵 3 份*	1. 麻油燒雞(CAS 去骨雞腿肉丁 12 公斤 高麗菜片 7 公斤 麻油 0.6 公斤 #) 2. 蝦蟻上樹(胡蘿蔔絲 1 公斤 CAS 紋肉 2 公斤 # 洋蔥絲 2 公斤 冬粉 10 公斤 #)(7 人不用餐) 3. 有機黑葉白菜 12 公斤(胡蘿蔔片 1 公斤) 4. 海芽魚丸湯(小虱目魚丸 3 公斤 濕海帶芽 0.5 公斤 #) ◎主食：燕麥飯(燕麥粒 0.5 公斤)	1. 瓜仔肉(CAS 紋肉 1 公斤 # 碎黑瓜 1 公斤 QR 雞蛋 18 顆 #) 2. 芹香肉絲(芹菜段 1 公斤 胡蘿蔔絲 0.6 公斤 CAS 豬肉絲 1 公斤) 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 小甜不辣湯(小甜不辣條 0.6 公斤 白蘿蔔塊 1 公斤)
12/31	三	豆漿 230 元 饅頭夾肉鬆 2 份 蘿蔔糕 2 份* 蛋餅 2 份 蒸餃 3 份	1. 滷雞腿(CAS 棒棒腿 154 支) 2. 塔香茄子(九層塔 0.2 公斤 茄子段 15 公斤 CAS 紋肉 3 公斤 #) 3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤 4. 冬瓜排骨湯(冬瓜塊 5 公斤 CAS 軟排丁 3 公斤)(1 人不用餐) 5. 三章一 Q 時令水果 144 份 ◎主食：糙米飯(糙米 0.5 公斤)	1. 炒米粉(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 # 米粉 3 公斤 #)
115/ 01/01	四	元旦放假一天 [視留校人數訂餐]	元旦放假一天 [視留校人數訂便當]	元旦放假一天 [視留校人數訂便當]
115/ 01/02	五 特蔬	豆漿(小杯) 原味蛋餅 火腿蛋吐司 玉米蛋餅 蔥油餅加蛋*(數量未定)	1. 金瓜炒蛋(南瓜丁 10 公斤 QR 雞蛋 10 公斤 #) 3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤 4. 牛奶玉米濃湯(冷凍玉米粒 3 公斤 QR 雞蛋 3 公斤 # 冷凍毛豆仁 2 公斤 奶粉 2 公斤) 5. 三章一 Q 時令水果 144 份 ◎主食：上海菜飯(有機白米 12 公斤 # 胡蘿蔔片 2 公斤 杏鮑菇片 5 公斤 生香菇片 5 公斤 素肉絲 1 公斤 # 青江菜段 5 公斤)(1 人不用餐)	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
01/03	六	[視留校人數訂餐]	[視留校人數訂便當]	[視留校人數訂便當]
01/04	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