

臺北市立啟聰學校 115 學年第 1 學期學生宿舍第 06 週伙食菜單-修訂 2

日期	星期	早餐(18 人)	午餐(151 人)	晚餐(18 人)
10/05	一 有機	豆漿(小杯)*16 杯 巧克力厚片 2 份 肉鬆蛋吐司 2 份 奶油厚片 1 份 *起司蛋吐司 2 份	1. 蔥爆豬柳 CAS 豬肉片 12 公斤(6 公斤#) 洋蔥片 1 公斤袖珍菇片 2 公斤 2. 培根高麗菜高麗菜片 12 公斤培根 2 公斤 3. 絲瓜燴粉絲絲瓜片 6 公斤冬粉 5.4 公斤#CAS 豬肉絲 3 公斤# 4. 有機空心菜 14 公斤 5. 關東煮黑輪塊 3 公斤白蘿蔔 1 公斤 小虱目魚丸 3 公斤 (1 人不搭伙) 6. 起司片 150 片 ◎主食:有機白米飯 12 公斤#	1. 玉米滑豬肉 CAS 豬肉絲 2 公斤#冷凍玉米粒 1 公斤胡蘿蔔片 0.5 公斤 2. 韭菜花炒鮮菇韭菜花段 1 公斤生香菇片 0.5 公斤 CAS 豬肉絲 1 公斤# 3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤 4. 香菇竹筍湯新鮮麻竹筍片 1 公斤生香菇片 1 公斤 ※蔥 2 公斤#、老薑 2 公斤#、QR 雞蛋 1 箱 (1 人不搭伙)
10/06	二 有機	豆漿(小杯)*18 杯 肉鬆三明治 2 份 玉米蛋餅 2 份 花生厚片 2 份 *漢堡三明治 2 份	1. 咖哩雞腿丁 CAS 去骨雞腿丁 9 公斤杏鮑菇塊 2 公斤洋芋塊 2 公斤咖哩塊 (230 克裝)5 盒# 2. 海鮮什錦生香菇片 4 公斤袖珍菇片 4 公斤冷凍魷魚塊 2 公斤冷凍蝦仁 1 公斤 3. 番茄炒蛋牛番茄 5 公斤洋蔥片 2 公斤 QR 雞蛋 5 公斤# 4. 有機黑葉白菜 11 公斤胡蘿蔔絲 1 公斤 5. 冬瓜排骨湯冬瓜塊 2 公斤 CAS 軟排丁 2 公斤 (30 人不搭伙) 6. 三章一 Q 時令水果 114 份 ◎主食:地瓜飯(黃地瓜塊 3 公斤)	1. 肉塊滷蛋 CAS 軟排丁 1 公斤 QR 雞蛋 10 顆# 2. 炒海帶結海帶結 1 公斤生香菇片 0.5 公斤 3. 三章一 Q 時令青菜 1 公斤 4. 綠豆芋圓湯綠豆 1 公斤芋圓 0.6 公斤 (8 人不搭伙)
10/07	三	豆漿 200 元 饅頭夾蛋 1 份 燒餅夾培根 1 份 肉包 1 份 *蘿蔔糕 2 份	1. 三杯麻油里肌 CAS 豬肉片 9 公斤高麗菜片 3 公斤九層塔 0.2 公斤黑麻油 0.5 公斤# 2. 炸甜不辣小甜不辣條 3 公斤甜不辣片 3 公斤洋芋切中丁 5 公斤 3. 清炒鮮瓜 CAS 豬肉片 3 公斤大黃瓜片 8 公斤 (31 人不搭伙) 4. 三章一 Q 時令青菜 11 公斤 5. 味噌豆腐湯濕海帶芽 1 公斤味噌 1 公斤#非基改板豆腐 4.8 公斤 6. 三章一 Q 時令水果 113 份 ◎主食:薑黃飯(薑黃粉 0.2 公斤#)	1. 糖醋雞丁 CAS 去骨雞腿丁 2 公斤洋蔥片 0.5 公斤紅椒片 0.5 公斤 2. 洋蔥炒蛋 QR 雞蛋 1 公斤#洋蔥片 1 公斤生香菇片 0.5 公斤 3. 三章一 Q 時令青菜 1 公斤 4. 香菇雞湯 CAS 去骨雞腿丁 1 公斤生香菇片 0.5 公斤 5. 宵夜-紅豆麵包 2 個+蔥花麵包 2 個+菠蘿麵包 3 個+肉鬆麵包 3 個+保久乳 10 瓶# (8 人不搭伙)
10/08	四 有機 蔬食 特餐	豆漿(小杯)*10 杯 火腿蛋吐司 1 份 草莓厚片 1 份 奶酥吐司 1 份 *培根蛋吐司 2 份	1. 香菇蒸蛋生香菇片 5 公斤 QR 雞蛋 4 公斤#胡蘿蔔絲 2 公斤 2. 拌炒雙絲非基改白豆干絲 7 公斤胡蘿蔔絲 2 公斤芹菜段 2 公斤 3. 有機小松菜 11 公斤 4. 仙草冬瓜茶冬瓜糖塊 3 公斤仙草 4 公斤 (30 人不搭伙) 5. 保久乳 121 瓶# ◎主食:什錦炒米苔目米苔目條 10 公斤生香菇片 3 公斤杏鮑菇片 3 公斤秀珍菇片 3 公斤洋蔥片 3 公斤素肉絲 1 公斤#	1. 蛋炒飯素肉絲 1 公斤#洋蔥絲 0.6 公斤#胡蘿蔔絲 0.3 公斤#QR 雞蛋 0.5 公# *本校一律使用國產豬肉、雞肉食材
10/09	五	視留校人數訂餐	視留校人數訂便當	視留校人數訂便當

10/10	六	視留校人數訂餐	視留校人數訂便當	視留校人數訂便當
10/11	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