

111 年 03 月 午餐食譜

日期	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
1 (二)	白飯	芝麻蜜汁雞	金瓜炒蛋	枸杞菠菜	關東煮湯	時令水果
2 (三)	什錦炒麵		豆沙包		紫菜蛋花湯	
3 (四)	紫米飯	蘑菇雞丁	肉末三色	香菇高麗菜	鮮筍排骨湯	
4 (五)	白飯	什錦飯湯料	叉燒包			鮮奶
7 (一)	白飯	粉蒸肉	胡麻雞絲銀芽	沙茶油菜	菜頭貢丸湯	
8 (二)	白飯	洋蔥燒雞	回鍋肉片	蒜香大陸妹	金針肉絲湯	時令水果
9 (三)	白飯	咖哩洋芋	蕃茄炒蛋	腐皮小白菜	蔬食酸辣湯	
10 (四)	海苔飯	糖醋魚丁	滷豆乾海帶	炒雙花菜	玉米排骨湯	
11 (五)	鍋燒烏龍麵		奶酥麵包			蔬果汁
14 (一)	白飯	客家小炒	菜脯炒蛋	烘美濃菜	花菜魚丸湯	
15 (二)	白飯	蜜汁雞腿	胡瓜燴貢片	鮮菇青江	山藥排骨湯	時令水果
16 (三)	白飯	三杯豆干丁	泡菜炒野蔬	咖哩花椰	綠豆湯	
17 (四)	燕麥飯	蒙古烤肉	螞蟻上樹	銀魚莧菜	香菇雞湯	
18 (五)	玉米雞茸粥		茶葉蛋			豆漿
21 (一)	白飯	薑汁燒肉	麻婆豆腐	韭菜銀芽	青菜蛋花湯	
22 (二)	白飯	梅子雞丁	紅蘿蔔炒蛋	蒜香大陸妹	四神湯	時令水果
23 (三)	白飯	八寶素肉燥	蔥燒馬鈴薯	金針白菜	紅豆地瓜圓湯	
24 (四)	糙米飯	虱目魚排	茄汁豆腐	芹香高麗	海芽味噌湯	
25 (五)	紅燒豬肉麵		獅子頭			優酪乳
28 (一)	白飯	樹子蒸魚	芙蓉南瓜	芝香油菜	火腿玉米濃湯	
29 (二)	白飯	三杯雞	西蘭花炒蝦球	薑絲鵝白菜	香菇肉羹湯	時令水果
30 (三)	白飯	鐵板豆腐	洋蔥炒蛋	蒜香空心菜	粉圓冬瓜檸檬	
31 (四)	地瓜飯	京醬肉絲	絲瓜麵輪	扁魚白菜	黃瓜貢丸湯	

本校午餐供應國產豬肉。

*因應天氣、物價變動或供餐國小緊急應變狀況等，營養午餐菜單可能隨之更動，敬請見諒。