

三坑小-.110學年第二學期學生午餐菜單

期間: 111/03/01~111/03/30

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	
4	03/01 二	糙米飯	韓式燒肉	回鍋干片	有機蔬菜	黃瓜排骨湯	水果
	03/02 三	米食	泰式鳳梨炒飯	白玉燒雞	產銷履歷蔬菜	番茄蔬菜湯	豆漿
	03/03 四	糙米飯	咖哩魚丁(旗魚丁)	海芽金菇炒蛋	有機蔬菜	榨菜三絲湯	水果
	03/04 五	燕麥飯	三杯雞丁	西芹炒黑輪	有機蔬菜	紅豆紫米湯	
5	03/07 一	黑芝麻飯	鼓汁排骨	芹炒彩絲	時節蔬菜	酸白菜豆腐湯	
	03/08 二	糙米飯	瓜子雞	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	金針湯	水果
	03/09 三	麵食	什錦炒米粉	肉燥滷油腐	產銷履歷蔬菜	大滷湯	保久乳
	03/10 四	糙米飯	越式酸甜魚片(油甘片)	鮮蔬炒年糕	有機蔬菜	青木瓜丸子湯	水果
	03/11 五	紅藜飯	紫蘇梅燒肉	大瓜燴鮮菇	有機蔬菜	綠豆小米湯	
6	03/14 一	薑黃飯	白玉豬腳	田園玉米	時節蔬菜	白菜蛋花湯	
	03/15 二	糙米飯	宮保烏魚丁(炸)	冬瓜肉末	有機蔬菜	薏仁排骨湯	水果
	03/16 三	米食	海南雞絲飯	香菇蠔油百頁	產銷履歷蔬菜	香醇肉骨茶	豆漿
	03/17 四	糙米飯	糖醋雞丁	滑嫩蒸蛋	有機蔬菜	和風味噌湯	水果
	03/18 五	燕麥飯	味噌豚肉片	芝麻海帶根	有機蔬菜	地瓜QQ湯	
7	03/21 一	麥片飯	故鄉肉燥	白菜滷	時節蔬菜	冬瓜排骨湯	
	03/22 二	糙米飯	芝麻雞腿	什錦燴蘿蔔	有機蔬菜	羅宋湯	水果
	03/23 三	麵食	肉羹麵線	梅干燒肉	產銷履歷蔬菜	銀絲卷	保久乳
	03/24 四	糙米飯	沙茶鮮魷	紅娘炒蛋	有機蔬菜	蓮藕湯	水果
	03/25 五	蕎麥飯	雞肉親子丼	四季豆炒肉絲	有機蔬菜	花生甜湯	
	03/26 六	麵食	鮮蔬炒年糕	滷黑胡椒肉排(調理CAS)	有機蔬菜	刈薯蛋花湯	石門小親職日(4/1補假)
8	03/28 一	黑芝麻飯	味噌燒魚丁(鯊魚丁)	螞蟻上樹	時節蔬菜	山藥枸杞湯	
	03/29 二	糙米飯	豬肉壽喜燒	茶碗蒸蛋	有機蔬菜	雙色蘿蔔湯	水果
	03/30 三	米食	茄汁義大利螺旋麵	香酥豬排(調理CAS)	產銷履歷蔬菜	玉米濃湯	豆漿
	03/31 四	糙米飯	沙嗲雞肉	培根青花	有機蔬菜	海芽吻魚湯	水果