

三坑小-.110學年第一學期學生午餐菜單-素

期間: 110/12/01~110/12/31

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	附餐	
14	12/01 三	麵食	什錦炒米粉	筍干燒油腐	產銷履歷蔬菜	冬瓜海結湯	豆漿	
	12/02 四	糙米飯	糖醋豆包	香菇蒸蛋	有機蔬菜	玉米蘿蔔湯	水果	
	12/03 五	麥片飯	香菇燒烤麩	麻油鮮蔬	有機蔬菜	紅豆紫米湯		
15	12/06 一	香Q白米飯	小瓜素雞	泡菜炒年糕	時節蔬菜	結頭菜湯		
	12/07 二	糙米飯	金沙油腐	脆炒洋芋	有機蔬菜	鮮蔬蛋花湯	水果	
	12/08 三	麵食	素肉羹麵線	滷鵪蛋+小豆干	產銷履歷蔬菜	蘿蔔糕	乳品	
	12/09 四	糙米飯	麻婆豆腐	五柳鮮蔬	有機蔬菜	錦繡三絲湯	水果	
	12/10 五	燕麥飯	醬爆素肚	番茄炒蛋	有機蔬菜	燒仙草		
16	12/13 一	黑芝麻飯	彩椒豆干	藥膳什錦	時節蔬菜	元氣蔬菜湯		
	12/14 二	糙米飯	家常豆腐	玉米蒸蛋	有機蔬菜	酸菜木耳湯	水果	
	12/15 三	米食	酸辣湯餃	蠔油菇菇百頁	產銷履歷蔬菜		豆漿	
	12/16 四	糙米飯	照燒素雞丁	白菜燴芋頭	有機蔬菜	和風味噌湯	水果	
	12/17 五	蕎麥飯	鵪蛋燒麵輪	芥仁什錦	有機蔬菜	銀耳紅棗茶		
17	12/20 一	香Q白米飯	茄子豆腐煲	香酥玉米餅	時節蔬菜	青木瓜枸杞湯		
	12/21 二	糙米飯	腰果麵腸	冬瓜鮮菇	有機蔬菜	冬至鹹湯圓湯	水果	
	12/22 三	聖誕節票選菜單						乳品
	12/23 四	糙米飯	黑胡椒豆腸	回鍋高麗菜	有機蔬菜	肉骨茶湯	水果	
	12/24 五	五穀飯	南洋咖哩油腐	彩繪雙花椰	有機蔬菜	海芽蛋花湯	因為票選菜單會有甜湯	
18	12/27 一	黑芝麻飯	砂鍋什錦	美味蒸蛋	時節蔬菜	金針湯		
	12/28 二	糙米飯	梅干菜燒素肚	鮮蔬粉絲	有機蔬菜	玉米蛋花湯	水果	
	12/29 三	米食	芋頭鹹粥	香滷豆包	產銷履歷蔬菜	芝麻包	豆漿	
	12/30 四	糙米飯	白玉燒烤麩	韓式芽菜	有機蔬菜	羅宋湯	水果	
	12/31 五	彈性放假						