

三坑國小-111學年第二學期學生午餐菜單

期間: 112/05/01~112/05/31

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	
12	05/01 一	黑芝麻飯	蒜泥白肉	酸菜炒麵腸	時節蔬菜	金針排骨湯	
	05/02 二	糙米飯	三杯魷魚	蠔油粉絲煲	有機蔬菜	冬瓜針菇湯	水果
	05/03 三	米食	揚州炒飯	紅燒控肉	產銷履歷蔬菜	白菜羹湯	豆漿
	05/04 四	糙米飯	蜜汁雞丁	玉米總匯	有機蔬菜	紫菜吻魚湯	水果
	05/05 五	燕麥飯	麻婆豆腐	蔥香海茸	有機蔬菜	綠豆小米湯	
13	05/08 一	麥片飯	鼓汁排骨	麻油炒鮮蔬	時節蔬菜	黃瓜丸子湯	
	05/09 二	糙米飯	咖哩魚丁	韭香菜脯炒蛋	有機蔬菜	鮮筍雞湯	水果
	05/10 三	麵食	蘑菇鐵板麵	香酥雞塊*2	產銷履歷蔬菜	番茄蛋花湯	保久乳
	05/11 四	糙米飯	紫蘇梅燒肉	南瓜豆腐煲	有機蔬菜	牛蒡枸杞湯	水果
	05/12 五	蕎麥飯	蔥油雞	金菇拌雙芽	有機蔬菜	冬瓜山粉圓	
14	05/15 一	黑芝麻飯	韓式燒肉	泡菜炒甜不辣	時節蔬菜	青木瓜燉雞湯	
	05/16 二	糙米飯	雞肉親子丼	海結燒麵輪	有機蔬菜	和風味噌湯	水果
	05/17 三	米食	古早味鹹粥	小魚豆干	產銷履歷蔬菜	鮮肉包	豆漿
	05/18 四	糙米飯	打拋豬肉	滷福州丸	有機蔬菜	薏仁排骨湯	水果
	05/19 五	五穀飯	薑母鴨	竹筍炒肉絲	有機蔬菜	銀耳雪蓮湯	
15	05/22 一	麥片飯	樹蔭子蒸魚片	開陽扁蒲	時節蔬菜	玉米蛋花湯	
	05/23 二	糙米飯	花瓜雞丁	鮮菇扒豆腐	有機蔬菜	鮮筍湯	水果
	05/24 三	麵食	客家炒米苔目	飄香滷味	產銷履歷蔬菜	酸菜肉絲湯	保久乳
	05/25 四	糙米飯	冬瓜滷肉	鮮蔬炒年糕	有機蔬菜	番茄豆芽湯	水果
	05/26 五	紅藜飯	鹽水雞	黃瓜什錦	有機蔬菜	摩摩喳喳	
16	05/29 一	黑芝麻飯	沙茶魷魚	培根蘑菇花椰	時節蔬菜	海芽小魚湯	
	05/30 二	糙米飯	梅干扣肉	咖哩洋芋	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	水果
	05/31 三	米食	肉羹麵線	滷雞翅	產銷履歷蔬菜	蘿蔔糕	乳品