三坑小-. 112學年第一學期學生午餐菜單(素)

期間: 112/10/01~112/10/31

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯		
6	10/02 一	地瓜飯	鹹酥拼盤(干丁、素紫米糕、杏鮑菇)	黃瓜什錦	產銷履歷蔬菜	紫菜蛋花湯		
	10/03 二	糙米飯	壽喜燒	茶碗蒸蛋	有機黑葉白菜	木瓜枸杞雞湯	水果	
	10/04 三	麵食	麵線糊	滷豆包*1	時節蔬菜	蒸蘿蔔糕	豆漿	
	10/05 四	糙米飯	麻婆豆腐	薯餅	有機味美菜	野菇蔬菜湯	水果	
	10/06 五	糙米飯	京醬豆腸	冬瓜燴鮮菇	有機山菠菜	花生小湯圓		
7	10/09 一	國慶日連假						
	10/10 二	國慶日連假						
	10/11 三	米食	韓式拌飯	茶葉蛋	有機青江菜	味噌豆腐湯	乳品	
	10/12 四	糙米飯	花生滷黑干	蛋酥白菜	有機優愛菜	蘿蔔湯	水果	
	10/13 五	糙米飯	親子丼	魚香茄子	有機白莧菜	綠豆小米湯		
8	10/16 一	玉米飯	打拋干丁	鮮蔬炒年糕	產銷履歷蔬菜	黃瓜湯		
	10/17 二	糙米飯	沙茶炒素雞	玉米炒蛋	有機青油菜	冬瓜針菇湯	水果	
	10/18 三	麵食	客家炒米粉	紅燒油腐	時節蔬菜	番茄蛋花湯	豆漿	
	10/19 四	糙米飯	香酥素魚排	酸菜炒麵腸	有機荷葉白菜	酸辣湯	水果	
	10/20 五	糙米飯	香滷豆包	芝麻海帶干絲	有機油菜	紅豆地瓜圓		
	10/21 六	糙米飯	鵝蛋素肉燥	榨菜三絲	產銷履歷蔬菜	桂圓紫米露		
9	10/23 一	海苔飯	鐵板豆腐	紅燒洋芋	產銷履歷蔬菜	白菜蛋花湯		
	10/24 二	糙米飯	醬燒花干	鮮蔬粉絲煲	有機白莧菜	和風味噌湯	水果	
	10/25 三	米食	香菇什錦粥	綜合滷味	有機優愛菜	素鍋貼*2	乳品	
	10/26 四	糙米飯	照燒杏鮑菇	紅蘿蔔炒蛋	有機味美菜	醬鳳梨湯	水果	
	10/27 五	糙米飯	鵝蛋素肉燥	榨菜三絲	時節蔬菜	桂圓紫米露		
10	10/30 一	藜麥飯	回鍋干片	南瓜咖哩	產銷履歷蔬菜	金菇粉絲湯		
	10/31 二	糙米飯	白玉燒烤麩	鹽水什錦	有機蘿蔓菜	什錦素肉羹湯	水果	