三坑國小-112學年第二學期學生午餐菜單

期間: 113/03/01~113/03/31

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	
	03/01 五	糙米飯	高昇排骨	青花什錦	有機蔬菜	燒仙草	
4	03/04 一	紅小麥飯	香酥魚條*3	番茄肉末豆腐	時節蔬菜	冬瓜大骨湯	
	03/05 二	糙米飯	蒜泥白肉	黃瓜鮮燴	有機蔬菜	山藥菇菇湯	水果
	03/06 三	米食	黃金咖哩炒飯	滷雞翅	時節蔬菜	紫菜吻魚湯	豆漿
	03/07 四	糙米飯	白玉燒肉	滑嫩蒸蛋	有機蔬菜	蕃茄元氣湯	水果
	03/08 五	糙米飯	怪味雞	田園四色	有機蔬菜	冬瓜山粉圓	
5	03/11 一	蕎麥飯	蔥爆魷魚圈	家常豆腐	時節蔬菜	玉米蛋花湯	
	03/12 二	糙米飯	鴿蛋肉燥	奶油醬白菜	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	水果
	03/13 三	麵食	肉羹湯麵	飄香滷味	時節蔬菜		乳品
	03/14 四	糙米飯	麻婆豆腐	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	蓮藕枸杞湯	水果
	03/15 五	糙米飯	韓式安東雞	芝麻拌海帶根	有機蔬菜	紅豆薏仁湯	
6	03/18 一	黑芝麻飯	番茄燒肉	回鍋干片	時節蔬菜	錦繡三絲湯	
	03/19 二	糙米飯	鹽酥雞	咖哩粉絲煲	有機蔬菜	酸菜肉片湯	水果
	03/20 三	米食	韓式拌飯	義式香草雞	時節蔬菜	味噌豆腐湯	豆漿
	03/21 四	糙米飯	茄汁燒魚丁	茶碗蒸蛋	有機蔬菜	金針排骨湯	水果
	03/22 五	糙米飯	蒜味雞翅	蘿蔔燴什錦	有機蔬菜	桂圓紅棗茶	
7	03/25 一	小薏仁飯	京醬豬柳	青花炒甜不辣	時節蔬菜	青木瓜養生湯	
	03/26 二	糙米飯	檸檬蒸魚片	蘑菇鐵板油腐	有機蔬菜	田園蔬菜湯	水果
	03/27 三	麵食	炸醬麵	香Q滷蛋	時節蔬菜	酸辣湯	乳品
	03/28 四	糙米飯	雞肉親子丼	泡菜炒年糕	有機蔬菜	海芽玉米湯	水果
	03/29 五	糙米飯	香滷豬棒腿	銀芽三絲	有機蔬菜	綠豆芋圓湯	