忠義國小107學年度第一學期11月份學童營養午餐膳食設計菜單

NO.	日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果/甜點
1	1	四	米飯	百頁燉肉	蕃茄炒蛋	開陽白菜	鮮筍湯	
2	2	五	素肉燥+炒菠菜+蔬菜湯					水果
3	5	一	米飯	糖醋排骨	紅豆芝麻球	炒菠菜	紫菜蛋花湯	
4	6	二	米飯	蒲燒鯛魚	紅燒百頁豆腐	蒜香四季豆	榨菜肉絲湯	
5	7	三	炒麵+薑絲海帶湯					
6	8	四	米飯	豬排肉	茄汁總燴	炒莧菜	冬瓜貢丸湯	
7	9	五	素油飯+蔬菜湯					水果
8	12	一	米飯	鹹酥雞	麻婆豆腐	薑絲油菜	玉米排骨湯	
9	13	二	米飯	青蒜排骨	鮪魚炒蛋	炒大陸妹	刺瓜肉片湯	
10	14	三	咖哩雞肉拉麵+羅宋湯					
11	15	四	米飯	三杯燉肉	四色玉米	韭菜炒豆芽菜	味噌海帶湯	
12	16	五	南瓜粥+芋頭丸					水果
13	19	一	米飯	玉米肉丁	蒸蛋	滷白菜	地瓜甜湯	
13	20	二	米飯	蔥爆肉片	螞蟻上樹	蒜香A菜	餛飩湯	
14	21	三	米粉羹麵+茶葉蛋					
15	22	四	米飯	菱角燒肉	筊筍肉片	炒小白菜	紫菜湯	
16	23	五	芋頭米苔苷+紫地瓜					水果
17	26	一	米飯	海帶結燒肉	珍珠丸子	炒大陸妹	大黃瓜魚丸湯	
18	27	二	米飯	土魠魚	咖哩四色	炒高麗菜	酸菜鴨肉湯	
19	28	三	海鮮飯湯+餡餅					
20	29	四	米飯	蜜汁雞腿	脆炒洋芋絲	炒A菜	柴魚湯	
21	30	五	炒粄條+玉米濃湯					水果

午餐執書：　　總務主任：李宜蓁　　校長：

☆為了供應新鮮、品質好的當季食蔬，以市場供應狀況決定炒時菜及水果的種類。

☆遇特殊狀況,如：颱風、停水、停電、驗收不符合規定等因素,則變動菜單,敬請見諒！