

臺南市北區文元國小115年1月份營養午餐



※菜色僅供參考，特殊狀況(颱風、退貨、停水、停電)變動食譜；**一律使用國產豬肉**

★表示此道菜色有使用到海鮮(或魚露或柴魚片)，對海鮮過敏者請自行斟酌

No	日期	星	主食	副食一	副食二	副食三	湯	水果
01	115.01.02	五	米飯	花生豬腳	洋蔥起司蛋	炒有機蔬菜	蒜頭雞湯	
02	115.01.05	一	胚芽米飯	滷香豬排	韓式拌冬粉	炒有機蔬菜	香菇冬瓜湯	
03	115.01.06	二	小米飯	腰果雞丁	豆腐扒雙菇	香蔥花椰	金針肉絲湯	水果
04	115.01.07	三	白油麵	日式味噌豚骨★	熟烤去骨雞腿			鮮乳
05	115.01.08	四	米飯	醬香杏菇肉	翡翠蒸蛋	炒有機蔬菜	狗尾雞湯	水果
06	115.01.09	五	五穀飯	香酥魚丁★	咖哩洋芋	腐皮炒白菜	鮮菇蛋花湯	
07	115.01.12	一	小米飯	蜜汁燒排骨	洋芋炒肉絲	炒有機蔬菜	餛飩湯	
08	115.01.13	二	紅藜飯	鹽酥雞	蘿蔔燒麵輪	燙萵苣	紫菜蛋花湯	水果
09	115.01.14	三	米飯	蝦仁炒飯配料★	培根甘藍		黃瓜針菇湯	豆漿
10	115.01.15	四	五穀飯	泰甜爆炒豬肉	米血滷豆干	炒有機蔬菜	香菇紅棗雞湯	水果
11	115.01.16	五	米飯	雞肉絲飯料	滷蛋	菇香菠菜	大頭菜排骨湯	
12	115.01.19	一	小米飯	馬鈴薯燉肉	海帶根炒干絲	炒有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	
13	115.01.20	二	餐盒	休	業	式	12點放學	水果
14	115.01.21	三	鍋燒意麵	鍋燒湯麵料★	蒸牙齒肉圓			鮮乳
15	115.01.22	四	五穀飯	高昇排骨	紅蘿蔔炒蛋	炒有機蔬菜	菇菇火腿濃湯	水果
16	115.01.23	五	胚芽米飯	鹽水雞腿	番茄燒豆腐	燙青花菜	三絲湯	

