

屏科實中國小部 114 年 11 月份午餐月菜單-葷

◆每餐 50 元 ◆學校午餐供應國產豬肉

食材供應商:庠懋食品企業社

日 期	星 期	主 食	主 菜	副 菜	青 菜	湯 品	備 品
11月03日	一	麥片飯	泰式雞丁	白玉海結	炒油菜	鍋燒魚丸湯	
11月04日	二	紫米飯	魯腩肉丁	玉米干丁	炒青江菜	蔬菜粉絲湯	班班喝 鮮乳、水果
11月05日	三	拉麵	青醬義大利麵	青花彩椒	黑糖饅頭	味噌湯	
11月06日	四	地瓜飯	瓜子雞丁	白菜滷	有機美味菇	蘿蔔大骨湯	鮮乳
11月07日	五	五穀飯	塔香肉絲	洋蔥炒蛋	燴莧菜	玉米排骨湯	
11月10日	一	小米飯	家常豆腐	菇香蒸蛋	炒青江菜	當歸鴨湯	
11月11日	二	紫米飯	烏蛋肉燥	芹香高麗菜	蒜香白菜	酸辣湯	班班喝 鮮乳、水果
11月12日	三	糙米飯	蠔油燴飯	茶葉蛋	炒豆芽	青菜魚干湯	
11月13日	四	蕎麥飯	香滷雞翅	青花黑輪	有機青菜	綠豆地瓜湯	
11月14日	五	燕麥飯	腰果雞丁	枸杞大瓜	炒油菜	紫菜蛋花湯	
11月17日	一	香鬆飯	香根豬柳	毛豆炒蛋	炒莧菜	黃瓜貢丸湯	
11月18日	二	十穀飯	馬鈴薯雞丁	螞蟻上樹	炒青江菜	玉米蛋花湯	班班喝 鮮乳、水果
11月19日	三	細麵	肉絲羹麵	芝麻包	炒白菜		
11月20日	四	藜麥飯	香滷雞腿	關東煮	有機青菜	日式味噌湯	鮮乳
11月21日	五	麥片飯	香滷排骨	燴白菜	炒油菜	肉骨茶湯	
11月24日	一	海苔飯	泡菜豆腐	馬鈴薯蒸蛋	鮮炒菠菜	山藥雞湯	
11月25日	二	薏仁飯	茄汁雞丁	肉末玉米	黑葉白菜	蘿蔔排骨湯	班班喝 鮮乳、水果
11月26日	三	糙米飯	南洋咖哩雞		炒油菜	青菜豆腐湯	
11月27日	四	紫米飯	味噌肉片	醋溜高麗菜	有機青菜	紅豆芋頭湯	豆漿
11月28日	五	燕麥飯	三杯魚丁	絲瓜冬粉	奶油白菜	玉米濃湯	

