

114 年 7 月美味餐點

本圖一律使用”國產豬肉食材”，請家長放心

日期	星期	早上點心	中午餐點						下午點心
1	二	綠豆麥片	有機白米飯	紅糟肉排	丁香魚豆干	熱炒青菜	馬鈴薯豬骨湯	時令水果	日式魷魚羹
2	三	香菇雞茸粥	可口芝麻飯	奶油燻雞丁	蝦仁燴豆腐	蒜香菠菜	大頭菜排骨湯	時令水果	香甜豆花
3	四	清涼仙草蜜	咖哩雞燴飯(紅蘿蔔、馬鈴薯、雞丁、清炒花椰菜)				海帶豆腐湯	時令水果	紅豆粉粿
4	五	椰汁西米露	海苔香鬆飯	蔥燒鮮魚	杏鮑菇炒蛋	時令時蔬	榨菜肉絲湯	時令水果	蔬菜拉麵
5~6	六日	週休二日							
7	一	吻仔魚滑蛋粥	香Q五穀飯	蔬菜海鮮餅	香燻鵝蛋	蒜香高麗菜	金針花排骨湯	時令水果	薑汁地瓜湯
8	二	芝麻脆餅+麥茶	藜麥糙米飯	塔香燒雞	椰瓜香蛋	韭菜銀芽	紅素香菇雞湯	時令水果	香菇瘦肉粥
9	三	杏仁粉條	山藥排骨粥(香蔥煎蛋、海苔香鬆、滷味雙拼)					時令水果	古早味切仔麵
10	四	絲瓜麵線	有機白米飯	鹹冬瓜蒸肉	筍絲燒肉	熱炒青菜	海帶結大骨湯	時令水果	芋圓紫米粥
11	五	營養牛奶脆片	芝麻五穀飯	糖醋里肌	鮮菇玉米筍	蒜香A菜	薑片肉絲湯	時令水果	什錦關東煮
12~13	六日	週休二日							
14	一	奶皇包+牛奶	有機燕麥飯	吮指雞塊	茄汁豆皮	木須白菜	冬瓜排骨湯	時令水果	什錦冬粉湯
15	二	日式鍋燒麵	香Q紅藜飯	蜜汁烤雞	小黃瓜海帶絲	粉絲燴絲瓜	淡水魚丸湯	時令水果	香甜地瓜湯
16	三	番茄雞蛋麵	有機白米飯	彩椒雞丁	紅燒麵輪	銀魚苳菜	青菜豆腐湯	時令水果	綠豆麥片
17	四	肉羹麵線	鮮肉大水餃(高麗菜、豬肉)					時令水果	什錦香菇粥
18	五	香菇雞絲麵	芝麻五穀飯	和風叉燒肉	香蔥煎蛋	時令時蔬	山藥枸杞湯	時令水果	可頌麵包+養生茶
19~20	六日	週休二日							
21	一	蘑菇玉米濃湯	藜麥糙米飯	香菇瓜仔肉	螞蟥上樹	蒜香高麗菜	番茄蛋花湯	時令水果	什錦冬粉湯
22	二	銀魚苳菜粥	海苔香鬆飯	洋葱豬柳	糖醋天婦羅	鮮菇青豆菜	胡瓜菇菇湯	時令水果	紅豆小湯圓
23	三	清粥肉鬆	香Q五穀飯	醬爆雞丁	玉米火腿丁	開陽白菜	味噌豆腐湯	時令水果	清涼仙草蜜
24	四	肉燥米粉湯	有機白米飯	香酥豬排	玉米蒸蛋	韭菜銀芽	竹筍嫩雞湯	時令水果	芙蓉雞絲麵
25	五	圓圖蔬菜粥	魚酥羹麵(魚酥、蘿蔔絲、香菇、木耳、大白菜)				玉米菜心湯	時令水果	黑糖地瓜湯
26~30	六日	週休二日							
28~30	一~三	校園消毒日(圖休)							
31	四	黑糖饅頭+牛奶	香甜地瓜飯	馬鈴薯燻肉	甜豆炒蝦仁	熱炒青菜	冬瓜貢丸湯	時令水果	紫菜銀絲湯