

青埔一一四學年第一學期學生午餐菜單

期間: 114/10/01~114/10/31

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	
5	10/01 三	麵食	蘑菇醬鐵板麵	卡啦雞*1	時節蔬菜	玉米蛋花湯	優酪乳
	10/02 四	糙米飯	打拋豬肉	菜脯炒蛋	有機蔬菜	香菇雞湯	水果
	10/03 五	海苔香鬆飯	咖哩雞丁	客家小炒	有機蔬菜	冬瓜茶西米露	
6	10/06 一	Happy Moon Festival 					
	10/07 二	糙米飯	香酥魚丁	家常年糕	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	水果
	10/08 三	米食	芋頭湯米粉	滷雞翅*1	時節蔬菜	蒸地瓜*1	鮮乳
	10/09 四	糙米飯	甜醬豬肉	小瓜鮑菇甜條	有機蔬菜	黑糖撞奶	水果
	10/10 五	國慶日					
7	10/13 一	地瓜飯	沙茶肉片	鮑魚玉米炒蛋	產銷履歷蔬菜	冬瓜薏仁湯	
	10/14 二	糙米飯	泡菜魚丁	粉絲白菜滷	有機蔬菜	扁蒲魚丸湯	水果
	10/15 三	麵食	家常麵疙瘩(乾)	醬燒豬排*1	時節蔬菜	黃瓜排骨湯	優酪乳
	10/16 四	糙米飯	蠔油香菇雞	綜合滷味	有機蔬菜	番茄蛋花湯	水果
	10/17 五	薏仁飯	梅干燒肉	杏鮑菇炒豆干	有機蔬菜	桂圓紫米露	
8	10/20 一	黑芝麻飯	蠔油豆腐煲	原味蒸蛋	產銷履歷蔬菜	酸辣湯	蔬食餐/產銷豆漿
	10/21 二	糙米飯	豆瓣魚丁	海帶干絲	有機蔬菜	味噌貢丸蛋花湯	水果
	10/22 三	米食	麻油起司海苔飯	蜜汁翅小腿*2	時節蔬菜	泡菜黃芽湯	鮮乳
	10/23 四	糙米飯	豆干肉燥	咖哩洋芋	有機蔬菜	綠豆湯	水果
	10/24 五	光復節補假					
9	10/27 一	小米飯	瓜仔雞	蒲瓜炒蛋	產銷履歷蔬菜	海帶排骨湯	
	10/28 二	糙米飯	香酥魷魚排*1	肉絲干片	有機蔬菜	南瓜濃湯	水果
	10/29 三	麵食	味噌拉麵	蒜味燒肉	時節蔬菜	芋泥包*1	優酪乳
	10/30 四	糙米飯	親子丼雞丁	培根炒青花	有機蔬菜	豆薯玉米湯	水果
	10/31 五	海苔飯	鐵板豬柳	蛋酥白菜	有機蔬菜	紅豆芋圓湯	

營養師:

營養師徐秀寧

執行秘書:

午餐秘書 林雅琪

學務主任:

學生事務主任 詹德木

校長:

桃園市中壢區青埔國民小學 校長 林正義

「文旦柚挑選秘訣」 宣導文宣，請看第2頁。