

114年 6月份午餐國小菜單(九曲、小坪、龍目)

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯	附餐	熱量
6月2日	一	紅藜飯	☆蜜汁香菇黑干	☆蘆筍鵝蛋	季節時蔬	愛玉甜湯	☆優酪乳	685.5
6月3日	二	☆麥片飯	☆蜂蜜芥末豬	玉筍花椰菜	有機蔬菜	海結排骨湯	季節水果	676
6月4日	三	台式鹹粥	里肌肉排				☆保久乳 ☆香草冰淇淋	782.5
6月5日	四	胚米飯	☆紅燒排骨	白菜肉片	有機蔬菜	牛蒡雞湯	季節水果	666
6月6日	五	紫米飯	☆咖哩雞丁	☆竹筍炒肉絲	季節時蔬	黃豆芽排骨湯	☆醇奶布丁	783
6月9日	一	紅藜飯	☆香菇麵筋	☆綜合時蔬	季節時蔬	☆海芽蛋花湯	☆豆漿	733
6月10日	二	☆麥片飯	☆炸雞腿	☆滷海帶結	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	季節水果	754.5
6月11日	三	義大利麵		☆花椰菜蝦仁		☆鱸魚湯	☆菠蘿麵包	800
6月12日	四	胚米飯	☆壽喜燒肉	☆三杯杏鮑菇	季節時蔬	鮮筍雞湯	季節水果	701
6月13日	五	紫米飯	香菇雞丁	扁蒲肉片	有機蔬菜	冬菜鴨粉絲湯	☆鮮奶	764.5
6月16日	一	紅藜飯	☆豉香豆干	☆豆薯炒蛋	有機蔬菜	☆鮮蔬湯	☆鮮奶	783.5
6月17日	二	☆麥片飯	☆醬燒魚丁	冬瓜肉末	季節時蔬	四神排骨湯	季節水果	738
6月18日	三	☆鍋燒拉麵		☆綜合滷味			☆紅麴豆漿饅頭	748
6月19日	四	胚米飯	☆蒜泥肉片	茄汁馬鈴薯	季節時蔬	☆鮮菇鳳梨雞湯	季節水果	718.5
6月20日	五	紫米飯	☆紅燒鴨肉	☆麻醬三絲	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	☆優格	697
6月23日	一	紅藜飯	☆金沙豆腐	☆滷 蛋	季節時蔬	☆山藥竹筍湯	☆鮮奶	789
6月24日	二	☆麥片飯	☆蔥爆番茄肉片	☆螞蟻上樹	季節時蔬	肉骨茶湯	季節水果	737.5
6月25日	三	☆櫻花蝦炒飯		☆鮮菇肉片		☆味噌豆腐湯	☆草莓蛋糕	717.5
6月26日	四	胚米飯	照燒雞排	☆佛跳牆	有機蔬菜	☆翡翠蛋花湯	☆保久乳	797.5
6月27日	五	紫米飯	☆香菇肉燥	☆鮮燴黃瓜	有機蔬菜	蕈菇雞湯	季節水果	625
6月30日	一	☆日式照燒雞披薩 ☆夏威夷披薩		炸物拼盤		☆玉米濃湯	季節水果	687

備註：

- 1.本校午餐之肉品、蛋品採用國產食材，蔬果類優先採用當季國產食材。
- 2.本校黃豆及其製品使用非基改黃豆。
- 3.本菜單部分食材含有衛福部公告 11 種過敏原並以☆號標記，倘有體質過敏者，請至校園食材登錄平臺查詢相關食材資訊，並避免食用。