

# 頭洲國小114學年第二學期學生午餐1、2月份菜單

期間：115/01/02～115/02/27

週	月/日	主食	主菜	副菜	有機青菜	湯	附餐
18	1月2日 五	紅小麥飯	鐵板肉柳 豬柳. 洋蔥. 青椒	西芹炒花枝丸 西洋芹. 花枝丸. 紅蘿蔔	小松菜	大滷湯 肉絲. 雞蛋. 大白菜	
19	1月5日 一	糙米飯	香菇肉燥 絞肉. 香菇. 洋蔥	義式洋芋 馬鈴薯. 洋蔥. 培根	小白菜	關東煮湯 白蘿蔔. 玉米條. 海帶結	
	1月6日 二	麥片飯	魔芋燒雞 蒟蒻. 雞肉. 紅蘿蔔	櫛瓜炒蛋 櫛瓜. 雞蛋. 金針菇	包心白菜	冬瓜枸杞湯 冬瓜. 排骨. 枸杞	鮮乳
	1月7日 三	麵食	和風炒麵 烏龍麵. 肉絲. 香菇. 蔬菜	西西里雞翅 CAS西西里雞翅*1/人	時節青菜	鰹魚味噌湯 小魚乾. 豆腐. 洋蔥	水果
	1月8日 四	紅扁豆飯	壽喜燒肉 豬肉. 洋蔥. 柴魚片	芋香白菜 大白菜. 芋頭. 木耳. 金針菇	福山萐苣	燒仙草 燒仙草. 綠豆. QQ	
	1月9日 五	燕麥飯	日式親子丼 雞肉. 洋蔥. 雞蛋	金沙豆腐 南瓜. 鹹蛋. 豆腐	青江菜	蒜頭蛤蜊雞湯 雞肉. 蛤蜊. 蒜頭	
20	1月12日 一	糙米飯	波蘿雞丁 鳳梨. 雞肉. 洋蔥	蟳味海根 海帶根. 肉絲. 魚板絲	高麗菜	雪花金菇湯 蔬菜. 金針菇. 雞蛋	
	1月13日 二	小米飯	鮮魚豆腐 鯛魚. 豆腐. 青蔥	咖哩肉末 絞肉. 馬鈴薯. 洋蔥. 咖哩	黑葉白菜	結頭菜排骨 結頭菜. 排骨	優酪乳
	1月14日 三	米食	煉乳銀絲卷 小銀絲卷. 煉乳	綜合燒賣 珍珠丸. 燒賣.	時節青菜	廣東粥 絞肉. 香菇. 雞蛋. 皮蛋	水果
	1月15日 四	黑芝麻飯	京醬排骨 排骨. 肉丁. 甜麵醬	螞蟻上樹 絞肉. 冬粉. 高麗菜	羅曼萐苣	紅豆芋圓湯 紅豆. 芋圓. 地瓜圓	
	1月16日 五	蕎麥飯	麵輪滷肉 肉燥. 麵輪. 紅蔥頭	雞蛋豆腐煲 豆腐. 雞蛋. 玉米	小松菜	玉米山藥湯 玉米段. 山藥. 紅棗	產履豆奶250ml
21	1月19日 一	糙米飯	家常肉燥 絞肉. 瓜仔. 紅蔥頭	韓式炒年糕 韓式年糕. 肉絲. 蔬菜.	荷葉白菜	藥膳排骨 排骨. 杏鮑菇. 涼薯	
	1月20日 二	薏仁飯	酸菜魚 魚丁. 大白菜. 酸菜	台式蒸蛋 雞蛋. 雞湯	高麗菜	香菇雞湯 雞肉. 白蘿蔔. 生香菇	鮮乳
	1月21日 三	米食	白醬野菇飯 培根. 青花菜. 玉米粒. 香菇	紅燒獅子頭 肉丸. 大白菜	時節青菜	薑片金瓜湯 南瓜. 肉絲	水果
	1月22日 四	紅藜飯	匈牙利燉雞 雞肉. 馬鈴薯. 洋蔥	雙花什錦 青花. 白花. 肉絲. 木耳	青松菜	黑糖珍珠撞奶 珍珠粉圓. 奶粉. 黑糖	
	1月23日 五	麥片飯	蒙古炒肉片 肉片. 綠豆芽. 烤肉醬	客家蘿蔔絲 白蘿蔔. 香菇. 肉絲. 乾蝦仁	包心白菜	魚丸蛋花湯 雞蛋. 魚丸. 蔬菜	
1	2月23日 一	芝麻飯	春川炒雞 雞丁. 起司. 泡菜	滷味什錦 油豆腐. 海帶. 甜不辣	高麗菜	羅宋湯 高麗菜. 馬鈴薯. 蕃茄	
	2月24日 二	麥片飯	京醬肉絲 肉絲. 洋蔥. 紅蘿蔔	羅漢豆腐 筍片. 三角油府. 香菇	黑葉白菜	紫菜蛋花湯 紫菜. 洗選蛋	鮮奶
	2月25日 三	麵食	照燒炒麵 由麵. 豬肉. 高麗菜. 洋蔥. 海苔絲	香滷雞排 雞排	履歷青菜	味噌豆腐湯 豆腐. 味噌	水果
	2月26日 四	什穀飯	糖醋排骨 肉丁. 排骨. 洋蔥. 彩椒	高麗菜炒蛋 洗選蛋. 玉米. 高麗菜	青江菜	香菇雞湯 雞肉. 香菇. 枸杞	
	2月27日 五			228紀念日補休			