

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 茼蒿, 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	鯉魚味噌湯 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	福山萵苣	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	蟬味海根 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	羅曼萵苣	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, 鮑鮑菇, 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, 三角油豆腐, 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 炒麵, 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					