

高雄市美濃區美濃國小聯合供餐菜單

111 年 10 月份 午餐 食譜

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	湯品	附餐
10/3	一	香Q白飯	日式照燒雞	三色蒸蛋	青菜	瓜仔雞湯	麵包
10/4	二	香Q白飯	香酥旗魚丁	毛豆炒豆皮	青菜	白菜貢丸湯	飲品
10/5	三	茄汁蛋炒飯	珍珠丸	檸檬三節翅		皇帝豆排骨湯	水果
10/6	四	五穀飯	紅燒豆包	塔香海帶根	青菜	芋圓甜湯	飲品
10/7	五	香Q白飯	滷里肌豬排	黃瓜燴肉羹	青菜	青菜豆腐湯	水果
10/11	二	香Q白飯	香酥雞排	玉米炒蛋	青菜	桂圓銀耳湯	飲品
10/12	三	青醬雞肉拌麵	茶葉蛋	蔓越莓饅頭	青菜	魚皮湯	水果
10/13	四	香Q白飯	白菜豆輪	芹菜炒豆干	青菜	番茄蔬菜湯	飲品
10/14	五	糙米飯	梅子雞丁	彩椒肉絲	青菜	香菇雞湯	水果
10/17	一	香Q白飯	棒棒腿	黃瓜燴烏蛋	青菜	鮭魚豆腐湯	麵包
10/18	二	香Q白飯	咖哩炒雞丁	螞蟻上樹	青菜	玉米濃湯	飲品
10/19	三	沙茶豬肉燴飯	培根芝士捲	花枝丸	青菜	竹筍排骨湯	水果
10/20	四	香Q白飯	素麻婆豆腐	三杯杏鮑菇	青菜	冬瓜愛玉冰	飲品
10/21	五	紫米飯	虱目魚排	雪菜豆干	青菜	莧菜銀魚湯	水果
10/24	一	香Q白飯	滷雞腿	綜合炸物	青菜	冬瓜蛤蜊湯	麵包
10/25	二	香Q白飯	南瓜豆腐煲	清炒絲瓜	青菜	綠豆薏仁湯	飲品
10/26	三	海鮮粥	可頌	檸檬雞柳	青菜		水果
10/27	四	小米飯	香滷豬排	青椒肉絲	青菜	酸菜排骨湯	飲品
10/28	五	香Q白飯	皇帝豆燒肉	腐皮白菜	青菜	鮮魚湯	水果
10/31	一	香Q白飯	香酥旗魚排	銀魚蒸蛋	青菜	餛飩湯	麵包

蔬食日為6.13.20.25日

供餐天數:20天

午餐執秘:江旻樺