

112年6月份佛公、中山、中洲國小、旗津國中午餐食譜

※本校午餐供應國產豬肉

	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他
6/1(四)	糙米飯	無骨香雞排	冬瓜魚丸	炒油菜	鳳梨茶	
6/2(五)	麥片飯	壽喜豬肉燒	芹菜豆包	炒雙花菜	紫菜蛋花湯	台灣葡萄
6/5(一)	披薩	鹹酥雞				100%果汁
6/6(二)	糙米飯	咖哩雞	毛豆帶絲	地瓜葉	大黃瓜貢丸湯	香蕉
6/7(三)	拉麵	紅燒豬肉湯麵料	香檸三節翅	珍珠青花		優格
6/8(四)	小米飯	香酥虱目魚柳	螞蟻上樹	薑絲尼龍菜	山藥紅棗雞湯	
◎6/9(五)	胚芽米飯	滷杏鮑菇豆腐	番茄炒蛋	枸杞青江菜	當歸蔬食湯	陽光樂豆乳
6/12(一)	燕麥飯	蒜泥白肉	木耳黃瓜	芝麻油菜	蘿蔔黑輪湯	優酪乳
◎6/13(二)	小米飯	糖醋豆腐	帶芽蒸蛋	枸杞高麗菜	玉米海帶湯	杯奶
6/14(三)	米粉	魚丸米粉湯料	珍珠丸子*2	日式枝豆		香蕉
6/15(四)	麥片飯	薑片炒雞	海茸肉絲	青江菜	黃瓜龍骨湯	台灣葡萄
6/16(五)	糙米飯	蔥燒豬	番茄豆腐	薑絲尼龍菜	鮮菇雞湯	
6/17(六)	胚芽米飯	竹筍湯飯料	蒸燒賣*2	炒空心菜		珍珠芭樂
6/19(一)	小米飯	打拋肉片	洋蔥炒蛋	炒油菜	珍菇豆腐湯	全脂鮮奶
6/20(二)	胚芽米飯	彩椒雞丁	大黃瓜肉片	韭菜豆芽	餛飩湯	
6/21(三)	細麵	大滷麵	咖哩魚丸	巧達乳酪丁捲(60g)		愛文芒果
◎6/26(一)	糙米飯	炸什錦	紅燒麵輪	炒空心菜	海帶芽蛋花湯	優格
6/27(二)	麥片飯	紅燒獅子頭	玉米雞末	枸杞青江菜	田園蔬菜湯	100%果汁
6/28(三)	燕麥飯	茄醬雞	香芹干絲	地瓜葉	冬粉湯	珍珠芭樂
6/29(四)	紫米飯	沙茶洋蔥豬	豆薯炒蛋	莧菜	瓜子雞湯	荔枝
6/30(五)	胚芽米飯	日式炒雞	雙花肉片	炒油菜	檸檬山粉圓	

備註：

*本道菜為含油量較高的食物，請減少晚餐烹調用油及勿選用高油量食物。

◎蔬食日,本日供餐響應節能減碳活動，提供餐食內容為五辛素。

<p>@旗津國中活動日期: 6/5三年級畢業典禮。(三年級停餐、三年級師生發畢業餐盒) 6/19、20、21國一、二年級露營(國一、二年級停餐) 6/30國一、二師生發餐盒</p>	<p>@佛公國小活動日期: 6/2六年級師生發畢業餐盒 6/5畢業典禮(正常供餐) 6/6起，六年級師生停止供餐 6/28幼兒園、一~五年級師生發餐盒</p>	<p>@中山國小活動日期: 6/1六年1,2,3,4班及四年1班:停餐。 6/2六年2,3班:停餐。 6/5六年級畢業典禮。(六年級停餐、六年級師生發畢業餐盒) 6/30幼兒園、一~五年級師生發餐盒</p>	<p>@中洲國小活動日期: 6/2六年級校外參訪,停餐一天。 6/6六年級師生發畢業餐盒 6/7六年級畢業典禮。 6/30幼兒園、一~五年級師生發餐盒</p>
--	---	---	---