



臺南市將軍區將軍國民小學

附設幼兒園

114年02月份餐點表

日期	星期	早點	午餐						午點
			主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	
02/05	三	芝麻包 決明子茶	小米飯	咖哩豬	花椰菜炒雞絲	油麥菜	燒仙草	奇異果	香蕉
			白米,小米	肉丁,馬鈴薯,胡蘿蔔,洋蔥	冷凍花椰菜,雞胸肉,蒜仁	油麥菜,胡蘿蔔,蒜仁	芋圓,地瓜圓,仙草汁,蜜八寶豆	奇異果	
02/06	四	白菜餛飩湯	糙米飯	麻油雞	大黃瓜炒蛋	有機皺葉白菜	大頭菜湯	光泉保久乳	芭樂
			白米,糙米	骨腿,豬血糕,高麗菜,蒜仁,薑,枸杞	雞蛋,大黃瓜,鴻喜菇,胡蘿蔔,蒜仁	皺葉白菜,胡蘿蔔,蒜仁	大頭菜,豬骨	全脂保久乳	
02/07	五	牛奶饅頭 豆漿	燕麥飯	南瓜燒絞肉	洋蔥炒黑輪	有機青江菜	海芽蘿蔔湯	香蕉	花生湯
			白米,燕麥	絞肉,南瓜,蒜仁,青蔥	洋蔥,甜不辣,青蔥,蒜仁	青江菜,胡蘿蔔,蒜仁	乾海帶芽,白蘿蔔,雞骨	香蕉	
02/10	一	鮭魚吐司 牛奶	紅藜飯	梅子雞	田園四色	炒空心菜	榨菜肉絲湯	福樂保久乳	蘋果
			白米,紅藜	骨腿,薑,紫蘇梅	玉米粒,胡蘿蔔,毛豆仁,馬鈴薯,絞肉,蒜仁	空心菜,胡蘿蔔,蒜仁	肉絲,榨菜,青蔥	全脂保久乳	
02/11	二	魚丸粥	五穀飯	花生豆干	腰果鮮蝦小黃瓜	炒油菜	冬瓜蛤蜊湯	梨子	紅豆豆花
			白米,五穀米	豆干,青椒,紅甜椒,小魚干,油花生,蒜仁	小黃瓜,紅蝦仁,腰果,蒜仁	油菜,胡蘿蔔,蒜仁	冬瓜,蛤蜊,薑	梨子	
02/12	三	餐包 麥茶	沙茶魷魚羹麵	沙茶魷魚羹麵配料	酥炸雞腿	油麥菜			香蕉
			關廟麵	魷魚圈,洋蔥,竹筍,綠豆芽,紅辣椒,九層塔	炸棒腿	油麥菜,胡蘿蔔,蒜仁			
02/13	四	雞蛋麵線	地瓜飯	豉汁排骨	洋蔥炒鮭魚	有機皺葉白菜	針菇紫菜湯		橘子
			白米,地瓜	黑豆,豬肋排,肉丁,青椒,薑,蒜仁	洋蔥,玉米粒,胡蘿蔔,鮭魚三明治罐頭	皺葉白菜,胡蘿蔔,蒜仁	金針菇,紫菜		
02/14	五	蘿蔔糕 豆漿	燕麥飯	梅乾燒雞	海帶根炒肉絲	有機青江菜	翡翠蛋花湯	葡萄	地瓜 麥茶
			白米,燕麥	骨腿,梅乾菜,薑,蒜仁	海帶根,紅辣椒,薑,肉絲	青江菜,胡蘿蔔,蒜仁	雞蛋,翡翠,蝦仁	葡萄	
02/17	一	鮮奶麥片	麥片飯	皇帝豆燒肉	螞蟻上樹	炒空心菜	筍片鴨肉湯	光泉保久乳	蘋果
			白米,燕麥片	肉丁,皇帝豆,胡蘿蔔,薑	冬粉,高麗菜,胡蘿蔔,鮮木耳,絞肉,蒜仁,青蔥	空心菜,胡蘿蔔,蒜仁	脆筍片,鴨肉,薑	全脂保久乳	
02/18	二	鮭魚玉米粥	紅藜飯	沙鍋魚肉	蘿蔔鮮蔬干丁	炒油菜	海芽味噌湯	橘子	八寶粥
			白米,紅藜	鬼頭刀,大白菜,金針菇,鮮木耳,鮮香菇,乾香菇,薑,蒜仁,烏魚	白蘿蔔,胡蘿蔔,玉米筍,豆干,蒜仁	油菜,胡蘿蔔,蒜仁	乾海帶芽,洋蔥,青蔥,味噌	橘子	
02/19	三	肉包 決明子茶	蝦仁蛋炒飯	蝦仁蛋炒飯配料	鮮肉燒賣	芹香高麗菜	紫菜蛋花湯		香蕉
			白米	玉米粒,毛豆仁,胡蘿蔔,雞蛋,青蔥,火腿丁,絞肉,蝦仁	冷凍燒賣	高麗菜,芹菜,蒜仁	紫菜,雞蛋		
02/20	四	鍋燒意麵	薏仁飯	香滷雞翅	醬燒冬瓜麵筋	有機皺葉白菜	韭菜魚丸湯	新北市農會黃豆奶	柳橙
			白米,薏仁	三節翅,薑,蒜仁	冬瓜,花生麵筋罐頭,青蔥,薑,肉片	皺葉白菜,胡蘿蔔,蒜仁	韭菜,冷凍虱目魚丸	豆漿	
02/21	五	黑糖饅頭 豆漿	糙米飯	炸豬排	玉米炒蛋	有機青江菜	南瓜濃湯	小番茄	豆花
			白米,糙米	調味里肌豬排	雞蛋,玉米粒,青蔥,蒜仁	青江菜,胡蘿蔔,蒜仁	南瓜,胡蘿蔔,洋蔥,雞蛋	番茄	
02/24	一	沙拉吐司 牛奶	南瓜飯	紅燒豬腳	小黃瓜炒雙鮮	炒空心菜	蘿蔔玉米湯	福樂保久乳	香蕉
			白米,南瓜	豬腳,豬蹄,薑,蒜仁,紅辣椒	小黃瓜,紅蝦仁,魷魚圈(生鮮),蒜仁	空心菜,胡蘿蔔,蒜仁	白蘿蔔,玉米段,豬骨	全脂保久乳	
02/25	二	白菜湯餃	五穀飯	蒲燒鯛	黑胡椒毛豆莢	炒油菜	西瓜綿魚湯	芭樂	紅豆湯
			白米,五穀米	蒲燒鯛魚,洋蔥	豌豆莢,蒜仁	油菜,胡蘿蔔,蒜仁	虱目魚皮,西瓜綿,薑,青蔥	芭樂	
02/26	三	小蛋糕 麥茶	白醬培根義大利麵	炸豬排	白醬培根義大利麵配料	蒜香青花	番茄蔬菜湯		蘋果
			牛排麵	日式炸豬排	培根,秀珍菇,洋蔥,玉米粒	冷凍青花菜,蒜仁	紅蕃茄,高麗菜,鴻喜菇,豬骨		
02/27	四	玉米濃湯	小米飯	橙汁雞丁	豆皮豆芽	有機皺葉白菜	冬瓜湯		芭樂
			白米,小米	雞胸肉,清腿,紅甜椒,青椒,薑	綠豆芽,豆包,胡蘿蔔,青蔥,蒜仁	皺葉白菜,胡蘿蔔,蒜仁	冬瓜,排骨肉,薑		

- 本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。周菜單已預先上傳至教育部校園食材登錄平臺 <https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/>，請師生家長多加利用。
- 本校營養午餐一律採用國產豬肉及其製品。
- 如遇特殊情形(颱風、退貨、物價)將調整菜單。
- 當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準。

