

臺南市龍崎區龍崎國小 2024年6月午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐1	附餐2
6/3	一	麥片飯	芋頭栗子燒肉	麻婆豆腐	有機蔬菜	玉米蛋花麵線湯	馬修優格飲	
6/4	二	小米飯	茄汁魚	大黃瓜燴鷓鴣蛋	有機蔬菜	綠豆地瓜湯	玉荷包	
6/5	三	香菇肉粽	炸雞排		沙茶高麗菜	蕃茄洋蔥味噌湯	國產真乳保久乳	萬歲牌午后堅果
6/6	四	糙米飯	迷迭香滷雞腿	炒三色	有機蔬菜	海帶芽蛤蜊湯	愛文芒果	
6/7	五	紅藜飯	金瓜仔肉	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	鮮筍排骨湯	正康豆漿	歐式水果
6/10	一	端午節						
6/11	二	小米飯	香酥杏胞菇	寬蔬冬粉	有機蔬菜	紫菜豆腐湯	綠田屋	
6/12	三	烏龍麵	日式烏龍麵	菇菇蒸蛋		冬瓜蛤蜊湯	光泉保久乳	百香蘋果果乾
6/13	四	糙米飯	山藥滷雞	玉米洋芋	有機蔬菜	黃瓜排骨湯	葡萄	
6/14	五	紅藜飯	洋蔥豬柳	什錦大黃瓜	有機蔬菜	南瓜雞湯	黑豆漿	紅藜起司麵包
6/17	一	麥片飯	打拋豬肉	茄汁洋蔥黑輪	有機蔬菜	海帶排骨湯	光泉優酪乳	
6/18	二	小米飯	糖醋豆包	毛豆炒蛋	有機蔬菜	柴魚味噌湯	芭樂	
6/19	三	拉麵	什錦味噌湯麵	滷什錦		絲瓜蛋花湯	珍穀堅果牛奶	晨光葡萄吐司
6/20	四	糙米飯	三杯雞(杏鮑菇)	豆瓣炒海帶根	有機蔬菜	瓠瓜肉片湯	香蕉	
6/21	五	紅藜飯	地瓜燒肉	彩椒炒雞柳	有機蔬菜	絲瓜蛋花湯	新北農會黑豆漿	薑黃綜合堅果
6/24	一	麥片飯	南瓜咖哩豬	炒什錦菇	有機蔬菜	有機黃豆芽排骨湯	統一優酪乳	
6/25	二	小米飯	什錦燴豆腐	丁香魚炒豆乾丁	有機蔬菜	金針菇蛋花湯	奇異果	
6/26	三	白米飯	鮮筍湯飯	鳳梨木須肉片			豆漿	牛奶蒸果子
6/27	四	糙米飯	梅子雞夏	絲瓜滑蛋	有機蔬菜	紅豆小湯圓	蘋果	
6/28	五	餐盒+初鹿保久乳+水果						

一、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://fatracesschool.k12ea.gov.tw/frontend/>，請師生家長多加利用。

二、本校營養午餐一律採用、國產豬肉及其製品。

三、如遇特殊情形(颱風、退貨、物價)將調整菜單。

四、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

五、供餐學校:歸南國小中央廚房