

113學年度下學期龍潭國小5-8週菜單

同步公布於學校網頁

本校得視狀況機動調整菜單

| 日期 | 主食 | 主菜 | 副菜1 | 副菜2 | 飲品 | 水果 | 湯點 |
|-----------|---------|---------|--------|---------|-----|-----|-------|
| 2025/3/3 | 地瓜20白米飯 | 蕃茄肉醬 | 蒜香花菜 | 炒油菜 | | 蜜柑 | 山藥龍骨湯 |
| 2025/3/4 | 糙米米飯 | 豆豉虱目魚柳 | 韭菜花炒肉末 | 炒蚵白菜 | 豆漿 | | 豆薯鮮菇湯 |
| 2025/3/5 | 麻油雞飯 | 牙齒肉圓 | 炒大陸妹 | | | | 玉米蔬菜湯 |
| 2025/3/6 | 五穀米飯 | 薑汁燒肉 | 麵腸炒花生 | 炒有機奶油白菜 | | 蓮霧 | 南瓜蔬菜湯 |
| 2025/3/7 | 白米飯 | 滷皇帝豆 | 南瓜蒸蛋 | 炒菠菜 | 鮮奶 | | 筍絲湯 |
| 2025/3/10 | 白米飯 | 滷肉燥 | 魚香杏鮑菇 | 炒油菜 | | 芭樂 | 黃瓜魚丸湯 |
| 2025/3/11 | 糙米米飯 | 炸魚排 | 炒三鮮 | 炒菠菜 | 豆漿 | | 味噌湯 |
| 2025/3/12 | 雞肉絲飯 | 炒花菜 | 筍干 | | | | 玉米蛋花湯 |
| 2025/3/13 | 五穀米飯 | 梅子排骨 | 韭菜粉絲煲 | 炒有機青江菜 | | 茂谷柑 | 香菇蘿蔔湯 |
| 2025/3/14 | 白米飯 | 糖醋豆包 | 玉米炒蛋 | 炒高麗菜 | 鮮奶 | | 冬瓜珍珠 |
| 2025/3/17 | 白米飯 | 蔥油雞 | 麻婆豆腐 | 炒山東白 | | 香蕉 | 菜頭湯 |
| 2025/3/18 | 糙米米飯 | 筍乾扣肉 | 小黃瓜炒蛋 | 炒油菜 | 奶酪 | | 紫菜蛋花湯 |
| 2025/3/19 | 豬肉麵 | 珍菇黃瓜 | 水煮蛋 | 桂冠鍋貼 | | | |
| 2025/3/20 | 五穀米飯 | 瓜仔雞 | 洋蔥炒蛋 | 炒有機小松菜 | | 番茄 | 魚皮湯 |
| 2025/3/21 | 白米飯 | 滷冬瓜 | 炒有機豆芽菜 | 芹香高麗菜 | 優酪乳 | | 味噌湯 |
| 2025/3/24 | 白米飯 | 照燒雞丁 | 炒四季豆 | 炒油菜 | | 蘋果 | 玉米濃湯 |
| 2025/3/25 | 五穀米飯 | 沙茶肉片 | 普羅旺斯燉菜 | 炒有機白菜 | 燕麥奶 | | 絲瓜肉絲湯 |
| 2025/3/26 | 燴飯 | 炒雙菜花椰 | 茶葉蛋 | 筍絲菇湯 | | | 筍絲菇湯 |
| 2025/3/27 | 五穀米飯 | 梅子排骨 | 玉米炒蛋 | 炒高麗菜 | | 蜜棗 | 關東煮 |
| 2025/3/28 | 白米飯 | 素肉燥滷鵪鶉蛋 | 三杯菇 | 炒高麗菜 | 布丁 | | 海帶豆腐湯 |