

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