

108年3/1~3/31顯宮國小午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	附餐	熱量
3月04日	一	米飯	三杯百頁	蒜香絲瓜	花生麵筋	筍絲蛋花湯		753
3月05日	二	米飯	瓜仔雞	蒜香花菜	三色豆干絲	豬血湯	水果	765
3月06日	三	油麵	鴨肉羹料	水煮蛋	三色黃瓜片		乳品	753
3月07日	四	地瓜飯	椒鹽香酥魚	蒜香四季豆	關東煮	榨菜肉絲湯	水果	769
3月08日	五	五穀飯	胡椒雞柳	冬瓜腿丁	芥藍炒肉絲	豆腐魚片湯		762
3月11日	一	米飯	粉蒸肉	木須白菜	麻婆豆腐	香菇雞湯		757
3月12日	二	米飯	蜜汁雞腿	菇筍小黃瓜	豆薯炒蛋	金針排骨湯	水果	770
3月13日	三	廣東粥	皮蛋瘦肉料	奇美黑糖包	珍菇滷海帶		乳品	747
3月14日	四	地瓜飯	香酥鹹魚	薑絲尼龍菜	蒜香海龍	火鍋料湯	水果	770
3月15日	五	五穀飯	鴿蛋肉燥	香菇青江菜	蕃茄炒豆腐	蛋鬆白菜湯		757
3月18日	一	米飯	毛豆素雞丁	香脆素齋	醬燒冬瓜	肉骨茶湯		753
3月19日	二	米飯	蒜蔥燒魚	排骨跳牆	蒜香空心菜	冬菜鴨湯	水果	761
3月20日	三	芋頭飯	花枝餅	薑絲菠菜		紫菜蛋花湯	乳品	753
3月21日	四	地瓜飯	咖哩肉片	紅蘿蔔炒蛋	蒜香萵苣	四神湯	水果	761
3月22日	五	五穀飯	卡拉雞腿	蒜香高麗菜	芹香豆芽菜	白菜魚丸湯		765
3月25日	一	米飯	炒三鮮	小黃瓜甜不辣	炸嫩油豆腐	玉米濃湯		760
3月26日	二	米飯	紅燒排骨	蟹黃鮮肉燒賣	蒜香青花菜	三菇鮮湯	水果	765
3月27日	三	炒薏麵	什錦炒料	薑絲白菜	滷蛋	豆腐味增湯	乳品	753
3月28日	四	地瓜飯	彩椒花枝	炒四寶	蒜香萵菜	冬瓜薏仁湯	水果	761
3月29日	五	五穀飯	北平烤鴨	蝦皮豆薯	蕃茄炒蛋	絲瓜肉絲湯		765

備註:紅色標註為有機蔬菜