信義國小 111年11月營養葷食菜單

嘉丞食品廠提供【本公司使用之豬肉皆為國產豬肉，請安心食用】

日期	星期	主食	主菜/烹調方式		湯	副食(自購)
11/28	一	白飯/煮	糖醋咕咾肉/煮	雙色什錦炸/炸	高麗菜/炒	椰奶芋頭西米露/煮
		白米80	糖醋適量 咕咾肉35 洋蔥15	紫地瓜35 地瓜30	高麗菜70	椰奶適量 芋頭10 西米露15
11/29	二	焗烤奶香螺旋麵/煮	烤雞/烤	蜜糖土司/烤	青花菜/炒	南瓜巧達濃湯/煮
		起士絲5 螺旋麵150 紅蘿蔔10	雞肉50	土司30	青花菜70	南瓜10 玉米10馬鈴薯10
11/30	三	蕃茄炒飯/炒	清蒸石斑魚/煮	紅蘿蔔絲炸/炸	油菜/煮	味噌海芽湯+新鮮水果
石斑魚		蕃茄15 高麗菜10白米80	豆腐20 石斑魚75	紅蘿蔔40	油菜70	味噌適量 海芽10+新鮮水果