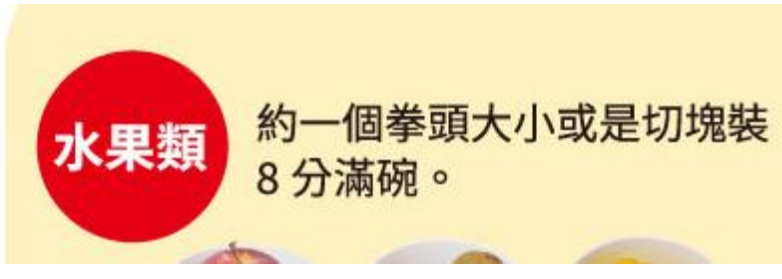
四維.一一四學年第一學期學生午餐菜單

期間: 114/12/01～114/12/31　　食材來源一律使用國產豬、牛肉

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	
14	12/01 一	黑芝麻飯	薑母鴨	黃瓜什錦	產銷履歷蔬菜	海結玉米湯	水果
			鴨肉丁.高麗菜.杏鮑菇.絞蒜仁.薑片	大黃瓜.肉絲.木耳.紅蘿蔔		海帶結.玉米.龍骨丁	
	12/02 二	糙米飯	糖醋魚丁	蔥味海茸	有機蔬菜	白菜豆腐湯	
			魚丁.洋蔥.紅蘿蔔.番茄醬	蔥.海茸.肉絲		白菜.肉片.豆腐.	
	12/03 三	麵食	醡醬麵	薑汁燒肉片	時節蔬菜	紫菜蛋花湯	水果
			絞肉.豆乾丁.毛豆仁.三色丁	薑.肉片.洋蔥.黃豆芽		紫菜.蛋	
	12/04 四	麥片飯	蘿蔔燒雞丁	蒲瓜鮮菇	有機蔬菜	薏仁龍骨湯	優酪乳
			白蘿蔔.雞丁.香菇	蒲瓜.鮮菇.肉絲		薏仁.龍骨	
	12/05 五	糙米飯	回鍋干片	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	紅豆紫米湯	
			豆干片.高麗菜.肉片.紅蘿蔔	雞蛋.青蔥.蕃茄		紅豆.紫米.砂糖	
15	12/08 一	黑芝麻飯	滷雞翅	家常年糕	產銷履歷蔬菜	結頭龍骨湯	水果
			雞翅	大白菜.年糕.木耳.		結頭菜.龍骨丁	
	12/09 二	糙米飯	香酥魚丁	螞蟻上樹	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	
			魚丁.甜不辣	絞肉.冬粉.紅蘿蔔		冬瓜.龍骨丁	
	12/10 三	麵食	皮蛋瘦肉粥	什錦滷味	時節蔬菜	蒸豆沙包	水果
			皮蛋.絞肉.玉米粒.紅蘿蔔.雞蛋	油豆腐.海帶結.肉丁.白蘿蔔.酸菜心		豆沙包	
	12/11 四	五穀飯	話梅排骨	小瓜肉絲	有機蔬菜	肉骨茶湯	鮮奶
			話梅.肉丁.軟骨丁.涼薯	小黃瓜.肉絲.紅蘿蔔		肉骨茶.高麗.素豆竹.龍骨丁	
	12/12 五	糙米飯	紅燒豆腐	玉米蒸蛋	有機蔬菜	芋頭雙圓	
			豆腐.絞肉.毛豆仁.香菇	玉米粒.雞蛋		芋頭.地瓜圓.芋圓	
16	12/15 一	黑芝麻飯	粉蒸肉片	銀芽三絲	產銷履歷蔬菜	胡瓜排骨湯	水果
			地瓜.肉片.蒸肉粉	豆干絲.黃豆芽.海帶絲		胡瓜.龍骨丁	
	12/16 二	糙米飯	咖哩海鮮	白菜魯	有機蔬菜	玉米條湯	
			魚丁.馬鈴薯.小卷	大白菜.木耳.乾蝦仁.乾豆捲.芋頭		玉米條切片.龍骨丁.	
	12/17 三	麵食	炒麵疙瘩	蔥油雞丁	時節蔬菜	味噌豆腐湯	水果
			麵疙瘩.絞肉.高麗菜.乾香菇.紅蘿蔔	雞丁.洋蔥.杏鮑菇		味噌.豆腐.海帶芽	
	12/18 四	紫米飯	黃豆燉豬腳	冬瓜肉末	有機蔬菜	蕃茄蔬菜湯	優酪乳
			黃豆.豬腳.肉丁.涼薯	冬瓜.絞肉.薑絲.青蔥		高麗菜.洋蔥.番茄.龍骨丁	
	12/19 五	糙米飯	蠔油豆包	木須炒蛋	有機蔬菜	紅豆小湯圓	豆奶
			蠔油.豆包.紅蘿蔔	木耳.紅蘿蔔.香菇.雞蛋		紅豆.小湯圓.糖	
17	12/22 一	黑芝麻飯	橙汁雞丁	家常豆腐	產銷履歷蔬菜	酸白菜冬粉湯	水果
			雞丁.柳橙.洋蔥.紅蘿蔔	豆腐.三色丁.絞肉		酸白菜.冬粉肉絲.金針菇	
	12/23 二	糙米飯	酥炸魷魚排	鮮菇肉絲	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	
			魷魚排	金針菇.豆芽.肉絲.紅蘿蔔		黃瓜.虱目魚丸	
	12/24 三	麵食	茄汁義大利麵	蒜味毛豆莢	時節蔬菜	玉米濃湯	水果
			黃油麵.絞肉.洋蔥.三色丁.番茄醬	毛豆莢.蒜頭		玉米粒.玉米醬.蛋.紅蘿蔔.馬鈴薯	
	12/25 四	行憲紀念日					
	12/26 五	糙米飯	筍干滷麵輪	古早味蒸蛋	有機蔬菜	綠豆薏仁湯	
			筍干.麵輪	絞肉.乾香菇絲.雞蛋		綠豆.薏仁	
18	12/29 一	黑芝麻飯	蜜汁烤雞排	芥仁什錦	產銷履歷蔬菜	味噌豆腐湯	水果
			雞排	芥仁.肉絲.木耳		味噌.豆腐小魚干.	
	12/30 二	糙米飯	破布子蒸魚丁	榨菜豆干	有機蔬菜	白菜菇菇湯	
			破布子.魚丁.豆腐	榨菜.豆干片.肉絲		白菜.鮮菇.薑	
	12/31 三	麵食	雞絲麵	鹽水雞	時節蔬菜	蒸芋泥包	水果
			肉絲.雞絲麵.香菇.小白菜.魚丸	雞丁.青花菜.杏鮑菇.筍片		芋泥包	

◎本菜單含有甲殼類、花生、乳品類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、亞硫酸鹽類等及其各類製品，不適合對其過敏體質者食用。