

四維. 115學年第一學期學生午餐菜單

期間: 115/10/01～115/10/31

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯		
5	10/01 四	麥片飯	蠔油素雞片	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	綠豆薏仁湯	鮮奶	
			素雞片, 小黃瓜, 木耳	洋蔥, 紅蘿蔔, 雞蛋	有機蔬菜	小薏仁, 綠豆, 糖		
	10/02 五	糙米飯	可樂滷雞腿	客家蘿蔔絲	有機蔬菜	木瓜排骨湯		
	大塊肉		雞腿	白蘿蔔絲, 絞肉, 紅蘿蔔, 乾香菇絲, 蝦米	有機蔬菜	冬瓜, 排骨		
6	10/05 一	黑芝麻飯	鹽酥豬排	木須扁蒲	產銷履歷蔬菜	肉骨茶湯	水果	
	大塊肉		調味里肌豬排	扁蒲, 肉絲, 木耳, 紅蘿蔔	產銷履歷蔬菜	肉骨茶, 高麗, 素豆竹, 龍骨丁		
	10/06 二	糙米飯	酸菜魚片	鮮菇肉絲	有機蔬菜	蕃茄蛋花湯		
	大塊肉及雙主菜		酸菜, 板條, 旗魚片	香菇, 豆芽, 肉絲, 紅蘿蔔	有機蔬菜	蕃茄, 雞蛋, 蔥		
	10/07 三	米食	玉米瘦肉粥	醬燜鴨肉豆干	時節蔬菜	芋泥包	水果	
			玉米粒, 絞肉, 香菇, 高麗菜	鴨肉丁, 麵腸, 絞蒜仁, 豆乾丁	時節蔬菜	芋泥包		
	10/08 四	燕麥飯	紅燒豆腐	玉米炒蛋	有機蔬菜	地瓜芋圓湯	優酪乳	
			板豆腐, 絞肉, 青蔥, 豆瓣醬	雞蛋, 玉米, 紅蘿蔔	有機蔬菜	地瓜, 芋圓		
	10/08 五	國慶日連假						
7	10/12 一	海苔香鬆飯	薑汁豚肉片	青花什錦	產銷履歷蔬菜	玉米濃湯	水果	
			薑, 肉片, 洋蔥, 黃豆芽	青花菜, 肉絲, 紅蘿蔔	產銷履歷蔬菜	玉米粒, 玉米醬, 蛋, 紅蘿蔔, 馬鈴薯		
	10/13 二	糙米飯	香酥虱目魚排	筍干豬柳	有機蔬菜	味噌湯		
	大塊肉及雙主菜		調理虱目魚排	豬柳, 筍干, 朴菜,	有機蔬菜	味噌, 豆腐, 海芽, 柴魚		
	10/14 三	麵食	沙茶肉絲炒麵	關東煮	時節蔬菜	冬瓜雞湯	水果	
			細黃油麵, 高麗菜, 肉絲, 木耳, 紅蘿蔔, 香菇	白蘿蔔, 甜不辣, 油豆腐, 米血糕	時節蔬菜	冬瓜, 雞丁		
	10/15 四	黑芝麻飯	咖哩洋芋	古早味蒸蛋	有機蔬菜	紫米紅豆湯	鮮奶	
			豆腐, 洋芋, 紅蘿蔔, 洋蔥, 咖哩	蛋, 香菇, 絞肉	有機蔬菜	紫米, 紅豆, 糖		
	10/16 五	糙米飯	照燒雞翅	蔬菜寬粉	有機蔬菜	金針排骨湯		
	大塊肉		雞翅	絞肉, 寬冬粉, 紅蘿蔔, 高麗菜	有機蔬菜	海帶根, 龍骨丁		
8	10/19 一	黑芝麻飯	麻油雞丁	五福臨門	產銷履歷蔬菜	青菜豆腐湯	水果	
			雞丁, 杏鮑菇, 薑片, 麻油,	絞肉, 紅蘿蔔, 洋芋, 毛豆, 玉米粒	產銷履歷蔬菜	青菜, 豆腐, 薑絲		
	10/20 二	糙米飯	糖醋魚片	冬瓜燒肉	有機蔬菜	紫菜蛋花湯		
	大塊肉及雙主菜		旗魚片, 洋蔥, 紅蘿蔔, 甜椒, 番茄醬	冬瓜, 肉丁, 紅蘿蔔	有機蔬菜	紫菜, 雞蛋, 蔥		
	10/21 三	麵食	肉絲湯板條	蔬菜炒肉片	時節蔬菜	刈包	水果	
			板條, 肉絲, 綠豆芽, 韭菜, 紅蘿蔔, 乾香菇絲	豆干片, 肉片, 洋蔥, 高麗菜, 青江菜	時節蔬菜	刈包		
	10/22 四	五穀飯	豆包炒時蔬	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	銀耳紅棗湯	優酪乳	
			豆包1切4, 木耳, 青花菜, 香菇	蕃茄, 蛋	有機蔬菜	白木耳, 紅棗, 桂圓		
	10/23 五	糙米飯	BBQ雞排	黃瓜什錦	有機蔬菜	玉米海結湯	豆奶	
	大塊肉		烤雞排	大黃瓜, 肉絲, 木耳, 紅蘿蔔	有機蔬菜	海帶結, 玉米, 龍骨丁		
9	10/26 一	光復節連假						
	10/27 二	黑芝麻飯	鹽酥鯖魚片	肉絲炒海根	有機蔬菜	筍絲羹湯		
	大塊肉及雙主菜		鯖魚片/旗魚片(低年級幼兒園特教)	肉絲, 海帶根, 絞蒜頭	有機蔬菜	筍絲, 肉絲, 雞蛋, 木耳		
	10/28 三	麵食	白醬義大利麵	香滷排骨	時節蔬菜	南瓜濃湯	水果	
	大塊肉		黃油麵, 絞肉, 洋蔥, 三色丁, 奶油, 奶粉	帶骨大排	時節蔬菜	南瓜, 絞肉, 洋蔥, 馬鈴薯		
	10/29 四	蕎麥飯	香菇肉燥	絲瓜麵線	有機蔬菜	四神湯	鮮奶	
			(補助)黑毛豬絞肉, 洋蔥, 乾香菇絲, 絞蒜仁	絲瓜, 白麵線, 絞肉	有機蔬菜	四神, 薏仁, 龍骨丁		
	10/30 五	糙米飯	腰果干丁	香菇蒸蛋	有機蔬菜	燒仙草湯		
			腰果, 豆乾丁, 小黃瓜, 紅蘿蔔	香菇, 蛋	有機蔬菜	燒仙草, QQ, 花豆		



大

大

雙+大

雙+大

大

雙+大

大

雙+大

大