

本公司皆全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米，禁止使用基改食品，敬請安心食用。

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	奶類	全粒 綠豆 (份)	豆腐 蛋肉 (份)	蔬菜 (份)	肉類 (份)	水果 類 (份)	熱量	鈣含量	
														仟卡	mg	
8月30日	五	地瓜飯	三杯雞肉	彩繪玉米	高麗菜(小白菜)	柴魚豆腐湯	水果		4.3	2.1	1.6		2.0	1.0	627.5	271.3
9月2日	一	芝麻飯	羅勒香草風味魚	蒜香高麗	有機白莧菜	冬瓜粉圓湯(甜)	水果		4.2	2.0	2.0		1.9	1.0	619.5	134.7
9月3日	二	有機白飯	古早味肉燥	南瓜燴蛋	有機小松菜	蘿蔔丸片湯	水果		4.0	2.2	1.7		2.1	1.0	620.0	162.3
9月4日	三	燕麥飯	地瓜燒豬	薑絲海茸	福山萵苣(青江菜)	羅宋湯	水果		4.1	2.0	1.9		1.9	1.0	610.0	142.5
9月5日	四	特餐：蕃茄肉醬拌麵、五香雞翅X1、繽紛時蔬、有機黑葉白菜、金針蒲瓜湯					水果	保久乳	3.9	1.8	2.0	1.0	2.0	1.0	740.0	136.9
9月6日	五	薏仁飯	韓式泡菜雞	招牌豆腐煲	空心菜(油菜)	薑絲紫菜湯	水果		4.1	2.2	1.8		1.9	1.0	620.5	274.6
9月9日	一	玉米飯	匈牙利燉肉	紅燒獅子頭x1	有機空心菜	南瓜豆芽湯	水果		4.2	2.2	1.8		1.9	1.0	627.5	161.4
9月10日	二	有機香鬆白飯	古早味蒸魚	豆皮絲瓜	有機黑葉白菜	蕃茄鮮菇湯	水果	保久乳	4.0	2.2	2.0	1.0	1.8	1.0	764.0	286.7
9月11日	三	五穀飯	鹹冬瓜燜雞	塔香四季	青江菜(莧菜)	肉骨茶湯	水果		4.1	2.0	2.2		1.9	1.0	617.5	145.2
9月12日	四	特餐：咖哩拌麵、香嫩豬排x1、油腐佃煮、有機小松菜、枸杞胡瓜湯					水果		3.8	2.1	2.0		2.0	1.0	602.5	284.5
9月13日	五	芝麻飯	馬鈴薯燉雞	日式蒸蛋	福山萵苣(小白菜)	黃金海芽湯	水果		4.0	2.0	1.6		1.9	1.0	595.5	213.4
9月16日	一	中秋特餐：家常炸醬拌麵、BBQ雞腿排X1、肉絲扁蒲、有機油江菜、綠豆湯(甜)					水果	保久乳	3.9	2.1	1.8	1.0	2.0	1.0	754.5	256.1
9月17日	二	中秋放假														
9月18日	三	地瓜飯	沙茶肉絲	海帶干絲	本島萵苣(青江菜)	薑絲絲瓜湯	水果		4.1	2.2	1.9		2.1	1.0	632.0	289.7
9月19日	四	紫米飯	酥炸魚排x1	黃瓜芽菜	有機小白菜	高麗蛋花湯	水果		4.1	2.1	1.7		2.3	1.0	629.5	162.4
9月20日	五	麥片飯	粉蒸肉	番茄豆腐炒蛋	福山萵苣(空心菜)	鮮菇白菜湯	水果		4.3	2.3	1.5		2.0	1.0	638.0	248.6
9月23日	一	小米飯	瓜仔肉	烤雞塊X2	有機白莧菜	黃金洋芋湯	水果	豆漿	4.1	2.2	1.5		2.1	1.0	622.0	143.6
9月24日	二	有機白飯	特製豬排x1	金針黃瓜	有機黑葉白菜	鮮菇冬瓜湯	水果		4.0	2.0	1.8		2.0	1.0	605.0	176.3
9月25日	三	胚芽飯	鹹水雞	肉絲結頭菜	福山萵苣(空心菜)	榨菜豆薯湯	水果		4.1	2.0	2.1		1.9	1.0	615.0	138.5
9月26日	四	蔬食特餐：家常米粉湯、古早味滷蛋X1、醬燒鮑菇、有機空心菜、香甜包子X1					水果		4.2	2.0	1.6		2.0	1.0	614.0	292.1
9月27日	五	糙米飯	香酥魚排x1	紹子豆腐	小白菜(青江菜)	薑絲海帶湯	水果		4.1	2.1	1.6		2.3	1.0	627	259.1
9月30日	一	紅藜飯	豬肉壽喜燒	螞蟻上樹	有機油江菜	味噌鮮菇湯	水果		4.1	2.0	2.1		1.9	1.0	615.0	139.2

### 臺北市士林國小 113 學年度第 1 學期學校午餐收費金額一覽表

- 訂餐期間：自 113 年 8 月 30 日（一年級自 9 月 2 日起）起至 114 年 1 月 20 日止。  
 (9/17 中秋節、10/10 雙十節、11/18 運動會補假和 1/1 元旦放假不用學校午餐；  
 四年級 12/5 校外教學，六年級 1/15-17 畢業旅行不用學校午餐。)
- 訂餐方式：學校午餐採自由意願訂餐，一週供應四天（週三不供餐），依學校午餐供應委員會決議，三、四年級可選擇週五不訂餐，一、二年級可選擇只訂週二。
- 收費金額：(113 學年度學校午餐每餐 65 元。)

年級	一		二		三		四		五		六
	一週 四天	只訂 週二	一週 四天	只訂 週二	一週 四天	週五 不訂	一週 四天	週五 不訂	一週 四天	一週 四天	
訂餐方式	78	19	79	19	79	58	78	57	79	77	
金額	5070	1235	5135	1235	5135	3770	5070	3705	5135	5005	

- 繳費方法：整學期一次繳費，如欲每月繳費，敬請告知級任老師辦理。
- 申請低收入戶、中低收入戶和家庭變故安心就學等午餐補助的學生，可暫免繳費。
- 每月菜單公佈於士林國小網站 <http://www.slps.tp.edu.tw> 士林國小午餐樂園  
 若有任何關於學校午餐事項，請與學務處聯繫。電話：(02)28812231#224



本校午餐所採豬肉、雞肉及蛋品皆為「國產」具CAS優良農產品標章認證且未使用輻射污染食品

以上供應之魚類水產品及其製品可能含有魚刺請小心食用