新北市金山區三和國民小學108學年度下學期自立早午餐第3週菜單

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 早 餐 | 午 餐 | | | | | |
| 主菜 | 副菜 | 副菜 | 配湯 | 水果 | |
| 星期一  3月9日 | 清粥小菜 | 鐵板豬柳 | 大黃瓜燴三絲 | 有機蔬菜 | 玉米湯 |  | |
| 星期二  3月10日 | 家常麵 | 蠔油雞丁 | 炒絲瓜 | 蚵白菜 | 蘿蔔排骨湯 | |  |
| 星期三  3月11日 | 巧克力吐司  紅茶 | 炒麵 |  | 甘藍 | 花枝羹 | 時令水果 | |
| 星期四  3月12日 | 米粉湯 | 蔥爆豬肉 | 三色拼盤 | 菠菜 | 西米露 |  | |
| 星期五  3月13日 | 竹筍瘦肉粥 | 炸小翅腿 | 醬燒冬瓜 | 油菜 | 味噌豆腐湯 | | 時令水果 |