

# 長樂國小 109 年 12 月午餐菜單

日期		主食	主菜	副菜	青菜	湯
12/1	週二	糙米飯	糖醋肉片	豆薯燴南瓜	季節青菜	蘿蔔雞湯
12/2	週三	白米飯	沙茶燴飯			季節青菜
12/3	週四	五穀飯	當歸雞	咖哩冬粉煲	有機蔬菜	黃瓜排骨湯
12/4	週五	白米飯	塔香油豆腐	日式蒸蛋	季節青菜	黑糖西米露
12/7	週一	白米飯	椒鹽雞腿丁	玉米肉末	季節青菜	冬瓜大骨湯
12/8	週二	糙米飯	麻油燒豬	客家小炒	季節青菜	黃瓜大骨湯
12/9	週三	白米飯	肉絲蛋炒飯			季節青菜
12/10	週四	紫米飯	南瓜燒雞	紅燒百頁	有機蔬菜	白菜排骨湯
12/11	週五	白米飯	黑胡椒豆腐	洋芋炒蛋	季節青菜	地瓜薏仁湯
12/14	週一	白米飯	三杯雞	什錦肉片	季節青菜	冬菜粉絲湯
12/15	週二	糙米飯	蠔油蘿蔔肉末	麻油黃豆芽肉絲	季節青菜	紫菜蛋花湯
12/16	週三	白米飯	蔬菜玉米粥			季節青菜
12/17	週四	五穀飯	番茄燉肉	黃瓜魚丸	有機蔬菜	玉米蘿蔔雞湯
12/18	週五	白米飯	壽喜燒豆腐	四季豆鮑姑炒蛋	季節青菜	紅豆湯圓
12/21	週一	白米飯	香雞排	沙茶豆薯肉絲	季節青菜	當歸湯
12/22	週二	糙米飯	咖哩雞	珍菇扁蒲	季節青菜	海芽豆腐湯
12/23	週三	麵條	大滷麵			季節青菜
12/24	週四	紫米飯	京醬肉絲	貢丸燴白菜	有機蔬菜	馬鈴薯雞湯
12/25	週五	白米飯	香滷麵腸	洋蔥玉米炒蛋	季節青菜	冬瓜綠豆湯
12/28	週一	白米飯	樹子蒸魚片	什錦冬瓜	季節青菜	地瓜排骨湯
12/29	週二	糙米飯	洋芋肉燥	豆干四季豆	季節青菜	柴魚味噌湯
12/30	週三	白米飯	什錦湯飯		季節青菜	
12/31	週四	五穀飯	麻油雞	黑胡椒豆芽肉絲	有機蔬菜	油腐粉絲湯