臺中市西區大勇國民小學111年11月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	備註
1	二	糙米飯	泰式打拋豬肉	泰式雞絲豆芽	營養青菜	香茅青木瓜湯	水果	
2	三	麵食	炸醬麵	紅燒豆包	有機蔬菜	玉米蛋花湯	水果	蔬食日.夾子
3	四	小米飯	御膳大排	菇菇鮮蔬羹	有機蔬菜	清香蘿蔔湯	水果	夾子
4	五	糙米飯	春川炒雞	海苔蒸蛋	碧綠蔬菜	鮮蔬肉絲湯	水果	
7	一	小米飯	薑母鴨	冬瓜什錦	青翠時蔬	花生湯圓	水果	
8	二	粥食	玉米芙蓉粥	里肌肉排	營養青菜	巧克力牛奶饅頭	水果	夾子
9	三	白米飯	焗烤鴿蛋	糖醋豆腐	有機蔬菜	酸辣湯	水果	蔬食日
10	四	紫米飯	鹽酥鮮魚	玉米肉末	有機蔬菜	蔬菜五行湯	水果	夾子
11	五	糙米飯	紅燒豬肉	洋蔥炒蛋	碧綠蔬菜	雪花雙菇湯	水果	
14	一	地瓜飯	泰式酸甜雞	青花什錦	青翠時蔬	金針排骨湯	水果	
15	二	麵食	義大利肉醬麵	香酥魷魚排	營養青菜	玉米濃湯	水果	夾子
16	三	白米飯	仿東山鴨滷味	南瓜滑蛋	有機蔬菜	日式味噌湯	水果	豆漿壹瓶 蔬食日
17	四	小米飯	義式烤雞腿	鮮瓜炒肉片	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	水果	夾子
18	五	糙米飯	鮮蒸肉餅	鮮蔬豆干	碧綠蔬菜	翡翠蛋花湯	水果	
21	一	小米飯	蒲燒鯛魚	燴炒瓠瓜	青翠時蔬	海帶結玉穗湯	水果	
22	二	糙米飯	番茄燒肉	茶碗蒸	營養青菜	冬瓜魚丸湯	水果	
23	三	香菇素肉燥飯	古早味滷蛋	蜜汁干丁	有機蔬菜	菇菇湯	水果	蔬食日
24	四	糙米飯	香酥炸雞翅	咖哩洋芋	有機蔬菜	鮮菇蛋花湯	水果	夾子
25	五	地瓜飯	蘑菇豬柳	花椰菜炒鮮菇	碧綠蔬菜	海芽味噌湯	水果	
28	一	小米飯	筍香肉丁	螞蟻上樹	青翠時蔬	清香結頭湯	水果	
29	二	糙米飯	宮保中卷	白菜滷	營養青菜	瓠瓜排骨湯	水果	
30	三	白米飯	和風關東煮	鐵板豆皮捲	有機蔬菜	雙圓甜湯	水果	蔬食日

◎本校全部使用CAS台灣豬肉

台邑用心 吃得安心

營養師： 學務處營養師： 午餐秘書： 學務主任： 校長：