



# 臺中市西區大勇國民小學111年12月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果	備註
1	四	麵食	義大利肉醬麵	冰心地瓜	有機蔬菜	田園南瓜雞湯	水果	夾子
2	五	糙米飯	黑胡椒雞丁	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	水果	
5	一	小米飯	麻油雞	焗汁白菜	碧綠蔬菜	冬瓜排骨湯	水果	
6	二	糙米飯	韓式泡菜燒肉	海苔蒸蛋	青翠時蔬	韓式蒜味年糕湯	水果	
7	三	白米飯	鮮蔬焗烤	三杯豆干/滷蛋	當季青菜	燒仙草	水果	蔬食日
8	四	粥食	蔬菜肉絲粥	迷迭香烤雞腿	有機蔬菜	豆沙包	水果	夾子
9	五	糙米飯	蒜香豬排	大瓜什錦	有機蔬菜	蒜頭雞湯	水果	
12	一	小米飯	粉蒸肉	玉米炒蛋	碧綠蔬菜	金菇肉絲湯	水果	
13	二	五穀飯	香酥魚	彩燴鮮瓜	青翠時蔬	玉米濃湯	水果	夾子
14	三	糙米飯	咖哩鵝蛋	蠔油豆腐	當季青菜	什錦鍋物	水果	蔬食日
15	四	地瓜飯	雞肉味噌燒	豆干炒肉片	有機蔬菜	翡翠吻魚湯	水果	
16	五	飯食	肉絲炒飯	三杯雞翅	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	水果	
19	一	紫米飯	宮保中卷	什錦百燴	碧綠蔬菜	酸辣湯	水果	
20	二	麵食	白醬嫩雞烏龍麵	椒鹽魷魚丸*2	青翠時蔬	冬瓜鮮菇湯	水果	夾子
21	三	糙米飯	素燥拌豆腐/蒜香毛豆莢	南瓜炒蛋	當季青菜	當歸皮絲湯	水果	蔬食日
22	四	小米飯	薑母鴨	滷雙色	有機蔬菜	花生湯圓	水果	
23	五	糙米飯	番茄豬腩煲	玉米四色	有機蔬菜	海芽蛋花湯	水果	
26	一	小米飯	泰式打拋豬肉	泰式雞絲豆芽	碧綠蔬菜	香茅青木瓜湯	水果	
27	二	飯食	祖傳油飯	古早味滷蛋	青翠時蔬	蘿蔔貢丸湯	水果	
28	三	白米飯	沙茶滷味	焗烤薯香玉米	當季青菜	豆芽味噌湯	水果	豆漿壺瓶 蔬食日
29	四	糙米飯	塔香雞丁	海帶豆輪	有機蔬菜	青菜排骨湯	水果	
30	五	糙米飯	蘑菇豬排	花菜肉片	有機蔬菜	結頭菜湯	水果	

◎本校全部使用CAS台灣豬肉



台色用心 吃得安心

營養師：

學務處營養師：

午餐秘書：

學務主任：

校長：