

臺中市 山陽國民小學113 學年度(上)12月午餐總表

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	水果
12/2	一	麥片飯	左宗棠雞	玉米炒蛋	油菜	大滷湯	
12/3	二	紫米飯	蔥鹽豬肉片	宮廷醬炒洋芋	大陸妹	青木瓜枸杞湯	
12/4	三	胚芽飯(蔬食)	麻油栗子豆干	精靈蒸蛋	地瓜葉	米粉湯	
12/5	四	紅藜飯	芋香燒雞	海帶三絲	有機味美菜	番茄黃芽湯	水果
12/6	五	糙米飯	紅燒魚片	鮮蔬花椰菜	鵝白菜	蘿蔔魚丸湯	
12/9	一	糙米飯	三杯雞	蠔菇瓠瓜	油菜	清水肉羹湯	
12/10	二	海苔絲飯	蘑菇豬柳	冬瓜燒魚輪	有機青松菜	紫菜蛋花湯	
12/11	三	特餐(蔬食)	番茄紅燒麵疙瘩	豬肉餡餅	大陸妹	滷味	
12/12	四	紅小麥飯(廚藝交流)	桔醬魚丁	馬鈴薯蒸蛋	柴香菠菜	牛蒡菌菇湯	水果
12/13	五	紅米燕麥飯	杏鮑菇蔥燒雞	客家小炒	鵝白菜	芋頭西米露	
12/16	一	特餐(+胚芽)	兒童高鈣粥	蜜汁烤雞腿	菠菜	黑糖雙色花捲	
12/17	二	糙米飯	薑汁燒肉	花瓜玉米	大白菜	冬瓜蛤蜊湯	
12/18	三	胚芽飯-蔬食	豆瓣雙色豆腐	櫛瓜炒蛋	鮮菇綠花椰	堅果地瓜濃湯	履歷豆奶
12/19	四	五穀飯	香酥鬼頭刀(炸)	赤肉羹	有機荷葉白菜	筍片排骨湯	水果
12/20	五	燕麥飯	麻油肉片	泡芙白菜	蠔油芥藍	冬至鹹湯圓	
12/23	一	蠔菇鮑飯	香菇蒸肉餅	白醬洋芋	油菜	虱目魚補湯	
12/24	二	燕麥飯	紅糟雞	螞蟻上樹	大陸妹	胡瓜鮮菇湯	
12/25	三	特餐(蔬食)	蒜味義大利麵	照燒滷蛋	菠菜	玉米濃湯	
12/26	四	糙米飯	鐵路豬排(炸)	油蔥福州丸	有機小松菜	凍豆腐筍湯	水果
12/27	五	胚芽飯	冬菜鴨	花生拌花瓜	腐皮高麗菜	綠豆粉粿	
12/30	一	燕麥飯	打拋豬肉	魷魚蒜白菜	青江菜	鮮蔬味噌湯	
12/31	二	紅藜飯	鹹酥雞(炸)	八寶肉醬	花椰菜	肉骨茶湯	

備註：

1. 肉品及豬之可食部位皆使用台灣國產豬

2. 本菜單含有如：甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。

~~中投蔬果有限公司提供 TEL：04-22600637 FAX：04-22600639~~