

113年3月 大西國中午餐八所聯盟 素食菜單

	週一	週二	週三	週四	週五
日期					3月1日
餐別日					高鈣特色餐
主食					紅豆薏仁飯
主菜					馬鈴薯燉油腐
副菜					奶香白菜
青菜					時令蔬菜
湯品					薑汁地瓜芋圓湯
附餐1					水果
附餐2					-
日期	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日
餐別日	高鈣日		特餐日		高鈣特色餐(雙主菜)
主食	白米飯	糙米飯	素肉絲蛋拌飯	糙米飯	小米飯
主菜	味噌燒鮑菇	孜然百頁豆腐	素龍鳳腿	砂鍋豆腐	三杯素雞
副菜	韭菜豆干	竹筍燴素肉絲	泰式鮮味粉絲煲	紅蘿蔔炒蛋	紅燒豆包
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯品	廟口素肉羹湯	黃瓜素丸湯	味噌豆腐湯	素肉骨茶湯	燒仙草
附餐1	果汁	點心	水果	點心	水果
附餐2	-	保久乳(縣)	-	保久乳(縣)	-
日期	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	3月15日
餐別日		高鈣日	特餐日		高鈣特色餐
主食	白米飯	糙米飯	客家炒板條	糙米飯	海苔芝麻飯
主菜	椰香咖哩素雞丁	沙茶素肉柳	醬燒烤麩	泡菜油腐	泰式素絞肉
副菜	香菇青花菜	春雨嫩腐煲	關東煮	韭香素甜條	南瓜杏菇炒蛋
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯品	山藥湯	鳳梨皮絲湯	玉穗海結湯	番茄玉米豆腐湯	綠豆西米露
附餐1	優酪乳	黃豆漿(增加一次豆類飲品)	水果	點心	水果
附餐2	-	保久乳(縣)	-	保久乳(縣)	-
日期	3月18日	3月19日	3月20日	3月21日	3月22日
餐別日		高鈣日	特餐日		高鈣特色餐(雙主菜)
主食	白米飯	糙米飯	銀絲卷	糙米飯	燕麥飯
主菜	麻油素雞	京醬素肉絲	鐵路豆包	芹香豆干	鹹水素雞丁
副菜	韓式雜菜	腰果四色	泡菜年糕	鮮味蒸蛋	家常滷鮑菇
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯品	玉米濃湯	蘿蔔腐皮湯	台式鹹粥	冬瓜湯	山粉圓甜湯
附餐1	黑豆漿	點心	水果	點心	水果
附餐2	-	保久乳(縣)	-	保久乳(縣)	-
日期	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日
餐別日		高鈣日	特餐日		高鈣特色餐/蔬食日
主食	白米飯	糙米飯	什錦炒麵	糙米飯	地瓜紫米飯
主菜	鹽酥素雞丁	素瓜仔肉	煙燻菜捲	素牛蒡排	蘋果蔬食咖哩
副菜	筍茸素肉燥	客家小炒	彩椒鮮菇	麻油凍腐	菜脯蛋
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯品	榨菜粉絲湯	金菇芙蓉湯	羅宋湯	酸辣湯	黑糖珍珠牛奶
附餐1	鮮奶	點心	水果	點心	水果
附餐2	-	保久乳(縣)	-	優酪乳(縣)	-

【本校學生午餐使用國產豬肉】

和峰食品有限公司 竹南鎮崎頂里13鄰崎頂5號 電話:037-580036 傳真:037-584300