

# 113年3月 大西國中午餐八所聯盟 葷食菜單(更新版)

	週一	週二	週三	週四	週五
日期					3月1日
餐別日					高鈣日
主食					白米飯
主菜					味噌炒雞
副菜					韭香豆干
青菜					時令蔬菜
湯品					廟口肉羹湯
附餐1	果汁				
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	肉絲蛋拌飯	糙米飯	小米飯
主菜	味噌炒雞	孜然肉片	五香L腿	砂鍋魚丁(增加一次生鮮水產品)	三杯雞丁
副菜	韭香豆干	竹筍燴肉絲	泰式鮮味粉絲煲	紅蘿蔔炒蛋	紅燒肉角
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯品	廟口肉羹湯	黃瓜丸片湯	味噌豆腐湯	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	芝麻飯
主菜	義式燉雞	沙茶肉柳	菲力雞排	豆瓣魚丁	泰式打拋豬
副菜	培根青花菜	春雨嫩腐煲	柴魚關東煮	韭香天婦羅	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	山藥排骨湯	鳳梨雞湯	玉穗海結湯	蕃茄玉米豆腐湯	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	麻油雞丁	京醬肉絲	鐵路炸豬排	芹香三鮮	鹹水雞丁
副菜	什錦冬粉	腰果四色	台式年糕	鮮味蒸蛋	家常滷肉
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	冬瓜魚丸湯	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	紫米飯
主菜	鹽酥雞丁	瓜仔肉	芝麻滷腿排	黃金魚排	糖醋豆包
副菜	筍茸肉燥	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】