

臺中市豐原區豐田國小 109年11月份素食菜單

週一	週二	週三	週四	週五
11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日
燕麥飯 黑胡椒雲卷 蘿蔔滷素獅子頭 大白菜 四神湯 當季水果	玉米飯 酥炸素魚排 沙茶杏鮑菇 有機小松菜 苦瓜素丸湯	麵線糊 和風關東滷 高麗菜包 蒜拌地瓜葉 保久乳	胚芽米飯 麻油素肉片 玉米蛋 有機空心菜 豆薯油腐湯	糙米飯 秋葵炒杏菇 鮮蒸豆腐 小白菜 苦瓜素丸湯 當季水果
11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日
小米飯 硬干滷海結 蘿蔔羹 油菜 酸菜素肚湯 當季水果	紫米飯 香酥雙拼 玉米三色 有機黑葉白菜 竹筍素羹湯	客家板條 煎荷包蛋 A菜 紅豆白玉湯 保久乳	紅豆飯 馬鈴薯燒豆輪 素蒼蠅頭 有機皺葉白菜 番茄蛋花湯	黑芝麻飯 雪裡紅炒豆包絲 紅燒豆腐 有機高麗菜 玉米素丸湯 當季水果
11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日
燕麥飯 薑燒素米血 白菜滷 蒜炒青花菜 味噌湯 當季水果	糙米飯 炸鮮蔬 咖哩素腰花 有機空心菜 結頭油腐湯	芋頭米粉湯 飄香滷味 雙色饅頭 蒜炒菠菜 芋頭米粉湯 保久乳	胚芽米飯 梅菜燒苦瓜 番茄炒蛋 有機高麗菜 菱角珍菇湯	小米飯 照燒素雞 炒三鮮 有機青江菜 素肉羹湯 當季水果
11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日
紫米飯 韓式豆腐 豆漿蒸蛋 大白菜 海芽珍菇湯 當季水果	蕎麥飯 素鹹酥雞 麻婆豆腐 有機小白菜 九尾菇湯	什錦炒麵 五香滷蛋 A菜 珍珠奶茶 保久乳	地瓜飯 蘿蔔滷烤麩 黃金筍丁 蒜炒菠菜 山藥素排湯	五穀飯 咖哩百頁 大瓜鮮燴 有機高麗菜 蘿蔔素丸湯 當季水果
11月30日				
小米飯 蜜汁腰果干丁 高麗米血 A菜 南瓜濃湯				