

臺中市太平區頭汴國民小學110年9月份食譜表

日期	星期	早 餐	午 餐	下 午 點 心
8月30日	一			
8月31日	二			
9月1日	三	紅豆麵包, 鮮奶	白米飯, 滷味, 玉米蔥蛋, 鵝白菜, 地瓜芋圓湯	水果切盤
9月2日	四	胚芽肉絲粥	麥片飯, 橙汁排骨, 什錦白花, 青江菜, 味噌豆腐湯, 水果	甜米苔目
9月3日	五	板條湯	糙米飯, 鹹酥雞, 麻婆豆腐, 空心菜, 莧菜吻魚湯, 水果	草莓蛋糕捲, 芝麻豆漿
9月6日	一	芋頭麵包, 鮮奶	義大利麵, 雙花椰, 玉米濃湯, 黑糖小饅頭, 水果	鮮肉雲吞湯
9月7日	二	雞茸瘦肉粥	紫米飯, 照燒雞丁, 白菜滷, 青江菜, 蔬菜蛋花湯, 水果	生日蛋糕, 優酪乳
9月8日	三	蔬菜湯餃	白米飯, 三杯素烤鴨, 鮮菇蒸蛋, 鵝白菜, 檸檬愛玉湯	水果切盤
9月9日	四	絲瓜麵線	糙米飯, 泡菜燒肉, 肉末炒筍茸, 油菜, 竹筍雞湯, 水果	仙草凍
9月10日	五	長豆瘦肉粥	五穀飯, 咖哩雞丁, 番茄豆腐, 高麗菜, 蘿蔔排骨湯, 水果	燒賣+蛋花湯
9月11日	六	雞絲麵	麥片飯, 椒鹽魚丁, 京醬肉片, 青江菜, 綠豆地瓜湯, 水果	小餐包, 米漿
9月13日	一	克林姆麵包, 鮮奶	玉米瘦肉粥, 空心菜, 刈包, 酸菜肉片, 水果	什錦米粉湯
9月14日	二	白吻魚粥	地瓜飯, 瓜仔肉燥, 嫩炒筍絲, 鵝白菜, 玉米蛋花湯, 水果	檸檬愛玉
9月15日	三	番茄肉片麵	白米飯, 黃金嫩豆腐, 紅蘿蔔炒蛋, 瓠瓜, 紅豆湯	水果切盤
9月16日	四	筍香鹹粥	小米飯, 蘑菇雞丁, 紅燒豆腐, 青江菜, 冬瓜排骨湯, 水果	日式綜合湯
9月17日	五	榨菜肉絲冬粉	胚芽飯, 炸豬排, 大瓜鮮燴, 油菜, 海帶排骨湯, 水果	黑糖糕, 紫米米漿
9月20日	一	中秋連假		
9月21日	二	中秋連假		
9月22日	三	波羅麵包, 鮮奶	什錦素炒飯, 滷豆包, 洋蔥炒蛋, 高麗菜, 鮮菇湯	水果切盤
9月23日	四	烏龍麵	薏仁飯, 滷雞腿, 螞蟻上樹, 鵝白菜, 山藥排骨湯, 水果	銀絲卷, 豆漿
9月24日	五	南瓜瘦肉粥	燕麥飯, 炸魚柳, 客家小炒, 青江菜, 筍子排骨湯, 水果	芝麻麵包, 優酪乳
9月27日	一	椰子麵包, 鮮奶	肉絲炒飯, 滷味, 鮮筍雞湯, 麥克雞塊, 水果	肉燥陽春麵
9月28日	二	鮭魚粥	麥片飯, 香菇肉燥, 滑片大瓜, 鵝白菜, 玉米穗湯, 水果	紅豆湯
9月29日	三	醬燒小肉包, 米漿	炒麵, 三杯嫩油腐, 滷蛋, 空心菜, 黑糖仙草蜜湯	水果切盤
9月30日	四	燒賣, 蛋花湯	紫米飯, 紅燒雞, 鮮燴冬瓜, 青江菜, 豆薯排骨湯, 水果	白木耳蓮子湯
10月1日	五	雞絲麵	地瓜飯, 骰子豬肉丁, 土豆絲, 油菜, 麻竹筍湯, 水果	玉米奶酪脆片

【本校使用台灣國產豬肉】

新濱食品有限公司 電話:04-23379228 傳真:04-23377751