

113學年度 台中市吳厝國小及幼兒園菜單(葷食) 7月份

7月7日	7月8日	7月9日	7月10日	7月11日
白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
鐵板豬柳	三杯雞	岩燒里肌	韓式魚丁	鮮菇燒雞
竹筍炒蛋	大瓜什錦	白菜滷	肉燥滷蛋	絲瓜麵線
虱目魚甜不辣	麻婆豆腐	培根花菜	鮮菇混炒	德式馬鈴薯
小白菜	空心菜	油菜	青江菜	蚵仔白菜
日式味噌湯	南瓜濃湯	綠豆湯	冬瓜豚骨湯	蘿蔔肉羹清湯
7月14日	7月15日	7月16日	7月17日	7月18日
白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
炸魚排	安東燉雞	壽喜燒肉片	照燒雞丁	咕咾肉
番茄炒蛋	佛跳牆	海苔花枝丸*1	翡翠筍	花生燒方干
開陽蒲瓜	客家小炒	絲瓜炒葷菇	芹香黑輪	川耳高麗
青江菜	油菜	蚵仔白菜	空心菜	小白菜
酸辣湯	茶壺湯	紅豆烤奶	三絲湯	關東煮湯
7月21日	7月22日	7月23日	7月24日	7月25日
白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
彩椒雞丁	薑燒豬肉	海苔炸雞	紅燒豬腳	咖哩雞
麻婆豆腐	銀芽拌雞絲	烏龍黑干	洋蔥炒蛋	滷福州丸
脆炒鮮瓜	古早味炒蛋	芋香白菜	玉米炒雪蓮子	壽喜燒高麗
油菜	小白菜	青江菜	蚵仔白菜	空心菜
麵線糊	竹筍湯	地瓜芋圓湯	土瓶蒸湯	蒲瓜鮮菇湯
7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	8月1日
白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
蔥爆雞丁	香酥魚柳	滷雞翅	日式照燒豬	鹹水雞
豆輪滷蛋	瓜仔肉燥	紅燒豆包	海帶根炒肉絲	砂鍋獅子頭
絲瓜寬粉	什錦鮮筍	脆炒花菜	蒲瓜什錦	烤地瓜薯條
小白菜	油菜	空心菜	蚵仔白菜	青江菜
日式味噌湯	巧達濃湯	芋頭西米露	營養豆薯湯	紫菜豆腐湯

★菜色食材中如含有蝦仁、蝦米、蝦皮、魚、花生、腰果、芝麻、牛奶、雞蛋、鵝鴨蛋、鹹蛋、皮蛋、小麥、大麥、燕麥、麥片、五穀、十穀、麵食、豆干或豆腐、大豆製品等，午餐食材明細公告於附件，有食物過敏者請留意食用。

