臺中市烏日區九德國民小學學生午餐食譜

本校使用台灣豬肉　　112年06月

日期	星 期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	湯	水果&乳品
06月01日	四	胚芽飯	日式照燒鯛魚	泡菜年糕	季節青菜	味噌湯	
06月02日	五	素香鬆飯	塔香油腐	歐姆炒蛋	季節青菜	仙草凍奶	
06月03日	六						
06月04日	日						
06月05日	一	麥片飯	藥膳豬腳	鴛鴦粉絲	季節青菜	地瓜排骨湯	
06月06日	二	胚芽飯	檸檬蜜汁雞排	三彩蝦仁	季節青菜	蘿蔔油腐湯	水果
06月07日	三	魷魚肉羹飯		章魚燒	季節青菜	肉圓	乳品
06月08日	四	五穀飯	虱目魚排	椒麻雙色	季節青菜	筍片鮮菇湯	
06月09日	五	燕麥飯	鐵板杏鮑菇	甜筒溫沙拉	季節青菜	綠豆粉圓湯	
06月10日	六						
06月11日	日						
06月12日	一	麥片飯	苦瓜燒肉	螞蟻上樹	季節青菜	古早味湯	
06月13日	二	薏仁飯	十三香炸雞翅	南瓜海味煲	季節青菜	關東煮	水果
06月14日	三	肉燥炒麵		魚香鍋貼	季節青菜	蔬菜鮮菇湯	乳品
06月15日	四	五穀飯	砂鍋魚丁	金菇什錦	季節青菜	豆薯蛋花湯	
06月16日	五	麻香起司海苔飯	紅燒豆包	柴香蒸蛋	季節青菜	芋頭西米露	
06月17日	六	有機糙米飯	鳳梨醬燒排骨	海帶三絲	季節青菜	冬瓜雞湯	
06月18日	日						
06月19日	一	紅藜胚芽飯	豆豉蒸排骨	黃瓜鮮燴	季節青菜	四神湯	
06月20日	二	芝麻飯	麻油悶鴨	開陽瓠瓜	季節青菜	泡菜凍豆腐湯	水果
06月21日	三	豬油拌飯		東山滷味	季節青菜	豬血湯	乳品
06月22日	四						
06月23日	五						
06月24日	六						
06月25日	日						
06月26日	一	麥片飯	泰式檸檬魚	蘿蔔羹	季節青菜	榨菜肉絲湯	
06月27日	二	胚芽飯	韓式炸雞	咖哩洋芋	季節青菜	黃瓜魚丸湯	水果
06月28日	三	味噌奶香拉麵		卡拉雞排	季節青菜	紅豆餅	產銷履歷豆漿
06月29日	四	五穀飯	孜然肉片	麻婆豆腐	季節青菜	牛奶火鍋湯	
06月30日	五	紫米飯	沙茶豆干	所長茶葉蛋	季節青菜	檸檬愛玉	