

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

114年09月

日期	星 期	主 食	主 菜	副菜(一)	副菜(二)	湯	水果&乳品
09月01日	一	麥片飯	古早味肉燥	海鮮蒸蛋	季節青菜	關東煮湯	
09月02日	二	紅米糙米飯	三杯魚丁	五更什錦	季節青菜	香菇雞湯	水果
09月03日	三	魷魚肉羹麵		章魚燒	季節青菜	叉燒包	
09月04日	四	燕麥飯	梅汁翅小腿	黑珍珠炒瓢瓜	季節青菜	石頭火鍋湯	水果
09月05日	五	素香鬆飯	蜜汁干丁	歐姆炒蛋	季節青菜	紅豆紫米湯	
09月06日	六						
09月07日	日						
09月08日	一	小米飯	蒙古烤肉	鴛鴦粉絲	季節青菜	酸辣湯	
09月09日	二	紫米飯	蒜香雞菲力	蛋酥絲瓜	季節青菜	山藥玉米湯	水果
09月10日	三	吻魚海鮮粥		虱目魚塊	季節青菜	黑糖金絲捲	乳品
09月11日	四	糙米飯	紅麴豬腳麵線	客家小炒	季節青菜	番茄黃芽湯	水果
09月12日	五	蒜香奶油薑黃飯	泡菜油腐	十三香滷蛋	季節青菜	珍珠鮮奶茶	
09月13日	六						
09月14日	日						
09月15日	一	麥片飯	鹽水雞	柴香大根	季節青菜	四神湯	
09月16日	二	南瓜飯	筍丁蒸肉餅	醬燒桂竹筍	季節青菜	榨菜肉絲湯	水果
09月17日	三	散壽司		沙茶滷雞腿	季節青菜	鮮魚味噌湯	乳品
09月18日	四	蕎麥飯	剁椒魚丁	醋溜木耳	季節青菜	冬瓜蛤蜊湯	水果
09月19日	五	有機糙米飯	柚香素雞丁	蒜香黑豆干	季節青菜	綠豆地瓜湯	
09月20日	六						
09月21日	日						
09月22日	一	小米飯	匈牙利燉肉	鮪魚玉米	季節青菜	香茅雞湯	
09月23日	二	薏仁飯	芋香燒鴨	椒麻雙色豆腐	季節青菜	肉骨茶湯	水果
09月24日	三	青醬義大利麵		馬來炸雞翅	季節青菜	玉米濃湯	豆漿
09月25日	四	五穀飯	蒜香奶油烤魚	雙菇煨胡瓜	季節青菜	古早味豬血湯	水果
09月26日	五	素香鬆飯	紅燒豆輪	蔥花菜脯蛋	季節青菜	銀耳蓮子湯	
09月27日	六						
09月28日	日						
09月29日	一						
09月30日	二	麥片飯	咖哩豬	砂鍋白菜滷	季節青菜	黃瓜鮮菇湯	水果