

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

110年01月

日期	星期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	湯	水果&乳品
01月04日	一	麥片飯	薑汁燒肉	花開富貴	季節蔬菜	日式味噌湯	
01月05日	二	小米飯	干鍋香雞	焗汁洋芋	季節蔬菜	榨菜肉絲湯	水果
01月06日	三	麵線糊		迷迭香雞排	季節蔬菜	黑糖卷	乳品
01月07日	四	有機飯	咖哩魚塊	螞蟻上樹	季節蔬菜	冬瓜鮮菇湯	
01月08日	五	胚芽飯	韓式豆包	洋蔥起司蛋	季節蔬菜	芋香西米露	
01月09日	六						
01月10日	日						
01月11日	一	南瓜飯	烤雞翅	紅燒豆腐	季節蔬菜	結頭大骨湯	
01月12日	二	小麥飯	冰糖豬腳	海鮮蒸蛋	季節蔬菜	芥菜雞湯	水果
01月13日	三	星洲湯麵		橙汁里肌	季節蔬菜	椒鹽毛豆莢	乳品
01月14日	四	有機飯	泰式打拋肉	芋香白菜	季節蔬菜	山藥鮮菇湯	
01月15日	五	多穀飯	沙茶豆干	金菇燴豆腐	季節蔬菜	青菜蛋花湯	
01月16日	六						
01月17日	日						
01月18日	一	麥片飯	黑胡椒雞柳	番茄炒蛋	季節蔬菜	香菇雞湯	
01月19日	二	紅藜糙米飯	粉蒸排骨	麻油鮮菇	季節蔬菜	玉米濃湯	水果
01月20日	三	嘉義雞肉飯		老街滷味	季節蔬菜	青木瓜排骨湯	
01月21日	四						
01月22日	五						
01月23日	六						
01月24日	日						
01月25日	一						
01月26日	二						
01月27日	三						
01月28日	四						
01月29日	五						
01月30日	六						
01月31日	日						