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8-9月

日期	星 期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	湯	水果&乳品
08月30日	三	櫻花蝦米糕		十三香滷雞腿	季節青菜	關東煮	
08月31日	四	胚芽飯	古都肉燥	三彩蝦仁	季節青菜	黃瓜魚丸湯	水果
09月01日	五	紫米飯	三杯雙色豆腐	日式蒸蛋	季節青菜	綠豆芋圓湯	
09月02日	六						
09月03日	日						
09月04日	一	麥片飯	安東燉雞	蛋酥絲瓜	季節青菜	四神湯	
09月05日	二	薏仁飯	香酥魚丁	宜蘭西魯肉	季節青菜	榨菜肉絲湯	水果
09月06日	三	青醬義大利麵		麥克雞塊	季節青菜	玉米濃湯	乳品
09月07日	四	五穀飯	梅汁翅小腿	花卉什錦	季節青菜	蘿蔔丸子湯	水果
09月08日	五	奶油薑黃飯	三杯豆包	義式烘蛋	季節青菜	銀耳蓮子湯	
09月09日	六						
09月10日	日						
09月11日	一	麥片飯	泰式檸檬魚	嫩炒海根	季節青菜	紫菜蛋花湯	
09月12日	二	小米飯	東山鴨肉	泡菜粉絲煲	季節青菜	香菇雞湯	水果
09月13日	三	海鮮粥		鍋貼	季節青菜	紅豆餅	乳品
09月14日	四	紫米飯	粉蒸排骨	黃瓜鮮燴	季節青菜	蘿蔔貢丸湯	水果
09月15日	五	素香鬆飯	沙茶豆干	椰漿咖哩蛋	季節青菜	檸檬愛玉	
09月16日	六						
09月17日	日						
09月18日	一	麥片飯	紅麴豬腳	鮪魚玉米	季節青菜	味噌湯	
09月19日	二	胚芽飯	椒鹽魚片	椒麻雙色	季節青菜	地瓜排骨湯	水果
09月20日	三	紅燒豚肉麵		章魚燒	季節青菜	椒鹽毛豆莢	乳品
09月21日	四	五穀飯	鹹酥雞	和風關東煮	季節青菜	牛奶火鍋湯	水果
09月22日	五	紫米飯	起司年糕	麻藥蛋	季節青菜	綠豆蒜粉圓湯	
09月23日	六	有機糙米飯	茄汁肉片燴蛋	鐵板三菇	季節青菜	筍片貢丸湯	
09月24日	日						
09月25日	一	紫米飯	三杯魚丁	南瓜海鮮煲	季節青菜	冬瓜雞湯	
09月26日	二	燕麥飯	馬來炸雞翅	螞蟻上樹	季節青菜	豬血湯	水果
09月27日	三	肉絲炒米苔目		肉圓	季節青菜	酸白菜湯	產銷履歷豆漿
09月28日	四	薏仁飯	蒙古烤肉	玉米蛋大阪燒	季節青菜	芋香西米露	水果
09月29日	五						
09月30日	六						