

## 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

113年05月

日期	星期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	湯	水果&乳品
5月01日	三	肉燥炒麵		章魚燒	季節青菜	豆薯蛋花湯	
5月02日	四	紫米飯	梅汁翅小腿	如意彩絲	季節青菜	榨菜肉絲湯	水果
5月03日	五	胚米飯	三杯鮮菇	玉米蛋大阪燒	季節青菜	綠豆地瓜湯	
5月04日	六						
5月05日	日						
5月06日	一	紫米飯	日式照燒鯛魚	花卉什錦	季節青菜	蘿蔔丸子湯	
5月07日	二	燕麥飯	鳳梨苦瓜排骨	麻油鮮菇	季節青菜	牛奶火鍋湯	水果
5月08日	三	櫻花蝦炒飯		檸檬雞翅	季節青菜	南瓜濃湯	乳品
5月09日	四	薏仁飯	洋芋燒雞	小瓜鹹豬肉	季節青菜	冬瓜香菇雞湯	水果
5月10日	五	胚米飯	素肉燥	素鬆蒸蛋	季節青菜	芋頭西米露	
5月11日	六						
5月12日	日						
5月13日	一	麥片飯	莎莎醬佐魚丁	白菜滷	季節青菜	榨菜肉絲湯	
5月14日	二	薏仁飯	宮保雞丁	鴛鴦粉絲	季節青菜	關東煮	水果
5月15日	三	高鈣叻魚粥		鍋貼	季節青菜	叉燒包	乳品
5月16日	四	五穀飯	麻油悶鴨	椒麻雙色豆腐	季節青菜	青菜蛋花湯	水果
5月17日	五	紫米飯	紅燒豆腐	茶葉蛋	季節青菜	珍珠鮮奶茶	
5月18日	六						
5月19日	日						
5月20日	一	麥片飯	可樂豬腳丁	麻婆豆腐	季節青菜	香茅雞湯	
5月21日	二	小米飯	菠蘿蜜汁雞	奶香洋芋南瓜煮	季節青菜	黃瓜鮮菇湯	水果
5月22日	三	豬油拌飯		肉圓	季節青菜	豬血湯	乳品
5月23日	四	燕麥飯	砂鍋魚丁	海帶三絲	季節青菜	瓠瓜龍骨湯	水果
5月24日	五	有機糙米飯	烏龍豆干	蘿蔔糕炒蛋	季節青菜	山粉圓湯	
5月25日	六						
5月26日	日						
5月27日	一	麥片飯	桂筍燒排骨	蛋酥絲瓜麵線	季節青菜	古早味湯	
5月28日	二	胚芽飯	香酥虱目魚排	金沙肉末豆腐	季節青菜	筍片鮮菇湯	水果
5月29日	三	紅醬義大利麵		椒麻雞排	季節青菜	紫菜蛋花湯	產銷履歷豆漿
5月30日	四	五穀飯	三杯雞	芋頭番薯	季節青菜	味噌豆腐湯	水果
5月31日	五	紫米飯	沙嗲豆包	歐姆炒蛋	季節青菜	紫米紅豆湯	