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　　115年11月

日期	星 期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	湯	水果&乳品
11月01日	日						
11月02日	一	芝麻飯	麻油燜鴨	柴香大根	季節青菜	黃瓜鮮菇湯	
11月03日	二	燕麥飯	塔香魚丁	花卉什錦	季節青菜	味噌豆腐湯	水果
11月04日	三	日式烏龍麵		家常滷味	季節青菜	椒鹽毛豆莢	
11月05日	四	小米飯	鄉野脆雞	五更什錦	季節青菜	山藥玉米湯	水果
11月06日	五	胚芽飯	紅燒豆輪	義式焗蛋	季節青菜	紅豆湯圓	
11月07日	六						
11月08日	日						
11月09日	一	麥片飯	古都肉燥	竹筍炒肉絲	季節青菜	肉骨茶湯	
11月10日	二	薏仁飯	炸魚薯條	絲瓜麵線	季節青菜	酸辣湯	水果
11月11日	三	皮蛋瘦肉粥		五香滷雞排	季節青菜	芝麻包	乳品
11月12日	四	紅藜飯	咖哩雞	塔香海根	季節青菜	關東煮	水果
11月13日	五	紫米飯	黃金油腐	茶葉蛋	季節青菜	綠豆地瓜湯	
11月14日	六						
11月15日	日						
11月16日	一	芝麻飯	粉蒸排骨	瓠瓜什錦	季節青菜	古早味湯	
11月17日	二	素香鬆飯	佛羅倫斯魚	紅燒千層豆干	季節青菜	蘿蔔排骨湯	水果
11月18日	三	紅燒豚骨拉麵		檸檬雞柳條	季節青菜	銀絲卷	乳品
11月19日	四	五穀飯	泰式椒麻雞翅	黃瓜鮮燴	季節青菜	海芽蛋花湯	水果
11月20日	五	奶油薑黃飯	佛跳牆	豆漿蒸蛋	季節青菜	摩摩喳喳	
11月21日	六						
11月22日	日						
11月23日	一	蕎麥飯	筍干肉丁	韓式泡菜鍋	季節青菜	冬瓜蛤蜊湯	
11月24日	二	麥片飯	親子丼	魚香鍋貼	季節青菜	南瓜濃湯	水果
11月25日	三	古早味米糕		卡拉雞排	季節青菜	豬血湯	豆漿
11月26日	四	紅藜飯	薑母鴨	宜蘭西魯肉	季節青菜	榨菜肉絲湯	水果
11月27日	五	有機糙米飯	三杯鮮菇	麻香炸蛋	季節青菜	花生粉圓豆花	
11月28日	六						
11月29日	日						
11月30日	一	地瓜飯	黑胡椒豬柳	海鮮豆腐煲	季節青菜	金針筍片湯	