

中壢-一〇八學年第二學期學生午餐菜單

期間: 109/03/02~109/04/01

週	月/日	主食	主菜	副菜	青菜	湯	
2	03/02 一	黑芝麻飯	蔥爆魷魚條	絲瓜麵線	時節青菜	蓮藕排骨湯	
	03/03 二	糙米飯	咖哩雞丁	洋蔥炒肉絲	有機廣島	蔬菜蛋花湯	
	03/04 三	麵食	什錦炒飯條	筍干滷油腐	產履青菜	冬瓜薑絲湯	優酪乳
	03/05 四	糙米飯	粉蒸排骨	脆炒涼薯	有機小白	玉米條湯	水果
	03/06 五	五穀飯	醬淋嫩豆腐	彩丁炒蛋	有機千寶	銀耳紅棗甜湯	蔬食日
3	03/09 一	麥片飯	香菇肉燥	大瓜黑輪丁	時節青菜	金菇粉絲湯	
	03/10 二	糙米飯	蒸醬冬瓜魚片	東坡豆腐	有機塔菇	紫菜蛋花湯	
	03/11 三	米食	什錦炒飯	茶葉蛋	產履青菜	味噌湯	鮮奶
	03/12 四	糙米飯	五柳干絲	菜脯蛋	有機野山菊	現磨非基改黑豆	蔬食日 水果
	03/13 五	小米飯	孜然雞丁	蔥香海茸	有機黑葉白菜	蘿蔔魚丸湯	
4	03/16 一	海苔香鬆飯	蔥燒魚丁	麻婆豆腐	時節青菜	木瓜枸杞湯	
	03/17 二	糙米飯	咕咾雞丁	雙花什錦	有機荷葉白菜	洋蔥湯	
	03/18 三	麵食	酢醬麵	日式關東煮	產履青菜	酸辣湯	優酪乳
	03/19 四	糙米飯	筍干豬腳	西芹炒鮮菇	有機小松	洋芋大骨湯	水果
	03/20 五	燕麥飯	咖哩蔬菜	蕃茄炒蛋	有機福山萵苣	紅豆麥片湯	蔬食日
5	03/23 一	小米飯	蒜泥白肉	蔥香金瓜	時節青菜	海芽吻魚湯	
	03/24 二	糙米飯	三杯小卷	五彩鮮蔬	有機小白	玉菜蛋花湯	
	03/25 三	米食	滑蛋瘦肉粥	梅干扣肉	產履青菜	蒸刈包	鮮奶
	03/26 四	糙米飯	清燉蔬菜	油蔥蒸蛋	有機野山菊	現磨非基改黑豆	蔬食日 水果
	03/27 五	十穀飯	泰式雞丁	螞蟻上樹	有機青江	青菜豆腐湯	
6	03/30 一	黑芝麻飯	滷雞翅	玉米肉末	時節青菜	冬瓜大骨湯	
	03/31 二	糙米飯	高升排骨	銀芽三絲	有機青油菜	蕃茄蛋花湯	
	04/01 三	麵食	什錦炒米粉	滷味拼盤	產履青菜	酸白菜肉絲湯	優酪乳