

東莒國小110年 12月菜單

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 青菜 | 湯品 | 水果 | 附餐 | |
|-------|----|--------|----------|----------|------|----------|----|------|--|
| 12/1 | 三 | 海陸鮮菇粥 | 蘿蔔糕 | 茶葉蛋 | 季節時蔬 | | 柳丁 | 全脂牛奶 | |
| 12/2 | 四 | 糙米飯 | 麻油雞 | 蔥爆豆干 | 季節時蔬 | 紫菜蛋花湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/3 | 五 | 蘑菇鐵板麵 | 薯餅 | 荷包蛋 | 季節時蔬 | 玉米濃湯 | 柳丁 | 全脂牛奶 | |
| 12/6 | 一 | 白飯 | 咖哩雞 | 三杯杏鮑菇 | 季節時蔬 | 味噌湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/7 | 二 | 紫米飯 | 豆豉鮮魚 | 醋溜土豆絲 | 季節時蔬 | 白蘿蔔排骨湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/8 | 三 | 什錦湯麵 | 蛋餅 | 滷雞腳 | 季節時蔬 | | 柳丁 | 全脂牛奶 | |
| 12/9 | 四 | 糙米飯 | 蔥爆豬柳 | 蔥爆豆干 | 季節時蔬 | 酸辣湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/10 | 五 | 客家炒板條 | | 菜脯烘蛋 | 季節時蔬 | 海帶湯 | 柳丁 | 全脂牛奶 | |
| 12/13 | 一 | 白飯 | 炸雞腿 | 家常豆腐 | 季節時蔬 | 番茄蔬菜湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/14 | 二 | 紫米飯 | 紅燒魚 | 紅蘿蔔炒蛋 | 季節時蔬 | 玉米湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/15 | 三 | 榨菜肉絲湯麵 | 酥炸杏鮑菇 | 塔香海帶 | 季節時蔬 | | 番茄 | 全脂牛奶 | |
| 12/16 | 四 | 糙米飯 | 馬鈴薯燉肉 | 紅糟燉白蘿蔔 | 季節時蔬 | 玉米濃湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/17 | 五 | 老酒麵線 | 雞腿 | 蛋酒 | 季節時蔬 | | 番茄 | 全脂牛奶 | |
| 12/20 | 一 | 白飯 | 糖醋里肌 | 螞蟻上樹 | 季節時蔬 | 吻仔魚蛋花湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/21 | 二 | 紫米飯 | 炸魚 | 番茄炒蛋 | 季節時蔬 | 芝麻花生湯圓 | | 全脂牛奶 | |
| 12/22 | 三 | 土魷魚羹麵 | | 小魚炒豆干 | 季節時蔬 | | 橘子 | 全脂牛奶 | |
| 12/23 | 四 | 糙米飯 | 滷雞腿 | 麻婆豆腐 | 季節時蔬 | 味噌湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/24 | 五 | 韓式辣炒年糕 | 蜂蜜芥末韓式炸雞 | | 季節時蔬 | 紫菜蛋花湯 | 橘子 | 全脂牛奶 | |
| 12/27 | 一 | 白飯 | 沙茶肉絲 | 客家梅干滷桂竹筍 | 季節時蔬 | 蓮藕排骨湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/28 | 二 | 紫米飯 | 香煎鮭魚 | 蒼蠅頭 | 季節時蔬 | 玉米濃湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/29 | 三 | 大滷麵 | 玉米蛋餅 | 滷海帶豆干 | 季節時蔬 | | 橘子 | 全脂牛奶 | |
| 12/30 | 四 | 糙米飯 | 三杯雞 | 滷蛋 | 季節時蔬 | 桂圓紅棗銀耳甜湯 | | 全脂牛奶 | |
| 12/31 | 五 | 元旦補假1日 | | | | | | | |

本校午餐供應之豬肉產地為台灣，並均有CAS標章