

東莒國小110年 9月菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果	
9/1	三	涼麵		水煮蛋	季節時蔬		西瓜	
9/2	四	糙米飯	黃瓜炒雞丁	三杯杏鮑菇	季節時蔬	仙草蜜		
9/3	五	什錦炒麵		紅糟滷蛋	季節時蔬	酸菜白肉湯	西瓜	
9/6	一	紫米飯	泰式打拋豬	金沙豆腐	季節時蔬	玉米排骨湯		
9/7	二	白飯	豆瓣鮮魚	絞肉炒玉米	季節時蔬	銀芽排骨湯		
9/8	三	日式柴魚烏龍湯麵	蔥油餅	糖心蛋	季節時蔬		西瓜	
9/9	四	紫米飯	炸雞腿	醬燒南瓜	季節時蔬	玉米濃湯		
9/10	五	傻瓜乾麵		菜脯烘蛋	季節時蔬	檸檬愛玉	西瓜	
9/13	一	紫米飯	南瓜燒排骨	香芹炒豆干	季節時蔬	冬瓜湯		
9/14	二	白飯	烤鯖魚	蜜汁豆皮	季節時蔬	榨菜肉絲湯		
9/15	三	肉燥湯麵	炸地瓜薯條	蛋餅	季節時蔬		蘋果	
9/16	四	糙米飯	瓜仔燒雞	薑絲炒木耳	季節時蔬	玉米湯		
9/17	五	刈包	涼拌小黃瓜	茶葉蛋	季節時蔬	酸辣湯	蘋果	
9/20	一	中秋節放假1日						
9/21	二	中秋節放假1日						
9/22	三	榨菜肉絲湯麵	炸薯餅	烘蛋	季節時蔬		蘋果	
9/23	四	糙米飯	洋蔥炒雞柳	鐵板豆腐	季節時蔬	紫菜蛋花湯		
9/24	五	炒米粉		海鮮蒸蛋	季節時蔬	玉米濃湯	蘋果	
9/27	一	紫米飯	京醬肉絲	醋溜土豆絲	季節時蔬	冬瓜排骨湯		
9/28	二	白飯	咖哩雞	豆干炒豆芽	季節時蔬	芋頭西米露		
9/29	三	什錦鍋燒意麵	涼拌芹菜干絲	炸雞塊	季節時蔬		蘋果	
9/30	四	糙米飯	馬鈴薯燒肉	玉米炒干丁	季節時蔬	山藥排骨湯		

本校午餐供應之豬肉產地為台灣