

連江縣立中正國中小 115年 2 月學生午餐菜單

日期	星期	主食		主菜		副菜		蔬菜	湯		水果/乳製品		備註		
		菜名	食材	菜名	主要食材	菜名	主要食材	菜名	菜名	食材	水果	乳製品			
23	一	小米飯	白米. 小米	海節燉肉	海帶節. 梅花豬. 油豆腐. 胡蘿蔔	三色蔬菜蒸蛋	雞蛋★. 綠花椰菜. 玉米. 胡蘿蔔	當令時蔬	紅豆芋圓湯	紅豆. 芋圓		豆奶			
24	二	茄汁義大利麵	番茄醬. 義大利麵. 絞肉. 鴻喜菇. 洋蔥. 蘑菇	炸雞翅	三節翅				玉米濃湯	玉米粒. 胡蘿蔔. 雞蛋	V		特餐		
25	三	糙米飯	白米. 糙米	紅糟雞	紅糟. 雞肉	螞蟻上樹	冬粉. 豬絞肉. 胡蘿蔔	當令時蔬	薑絲鱸魚片湯	鱸魚片. 薑絲	V				
26	四	小米飯	白米. 小米	馬鈴薯燉肋排	胡蘿蔔. 馬鈴薯. 軟骨排. 洋蔥	海根肉絲	海帶. 豬肉絲	當令時蔬	貢丸蘿蔔湯	小貢丸. 白蘿蔔	V				
27	五	228紀念日補假													
菜單設計 陳品秀									午餐秘書			校長			菜色隨季節及船班而有所變更，以上僅供參考！標示★者為含有過敏原成分，不適合對其過敏體質者食用)