

東莒國小110年 5月菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果	
5/3	一	白飯	豆豉蒸排骨	涼拌雜菜冬粉	地瓜葉	番茄蛋花湯		
5/4	二	糙米飯	蒜香蒸魚	糯米椒炒豆干	小白菜	冬瓜排骨湯		
5/5	三	鮮肉榨菜麵疙瘩	涼拌黑木耳	九層塔烘蛋	空心菜		香瓜	
5/6	四	紫米飯	油蔥雞	薑絲紅燒冬瓜	大白菜	紫菜豆腐湯		
5/7	五	春季郊遊						
5/10	一	白飯	台式炸豬排	海鮮燴豆腐	地瓜葉	小白菜蛋花湯		
5/11	二	糙米飯	味噌烤鯖魚	韓式涼拌豆芽	小白菜	牛蒡排骨湯		
5/12	三	酸辣米粉	酥炸銀絲捲	炸水煮蛋	空心菜		香瓜	
5/13	四	紫米飯	義式香料烤雞翅	番茄煨豆腐	大白菜	芋頭西米露		
5/14	五	蘑菇鐵板麵		荷包蛋	青江菜	玉米濃湯	香瓜	
5/17	一	白飯	梅干扣肉	蛤蜊絲瓜	地瓜葉	金針蛋花湯		
5/18	二	糙米飯	豆豉蒸鮮魚	香芹炒干絲	小白菜	紫菜湯		
5/19	三	芋香鮮肉粥	奶皇包	茶葉蛋	空心菜		鳳梨	
5/20	四	紫米飯	紅糟香菇雞	燴三鮮	大白菜	青木瓜排骨湯		
5/21	五	海苔壽司捲		玉子燒	青江菜	鮮魚味噌湯	鳳梨	
5/24	一	白飯	薑汁豬里肌	洋蔥炒豆干	地瓜葉	銀芽豆腐湯		
5/25	二	糙米飯	迷迭香烤魚	香菇豆腐煲	小白菜	芋頭排骨湯		
5/26	三	什錦湯麵	炸蝦球	水煮蛋包	空心菜		鳳梨	
5/27	四	紫米飯	咖哩雞	鹽酥杏鮑菇	大白菜	綠豆薏仁甜湯		
5/28	五	咖哩炒麵		酥炸馬蹄條	青江菜	竹筍排骨湯	鳳梨	
5/31	一	白飯	醬燒排骨	清炒三絲	地瓜葉	紫菜蛋花湯		

各搭伙老師:

午餐秘書:

總務主任:

校長:

本校午餐供應之豬肉產地為台灣，並均有CAS標章