

連江縣立中山國民中學112學年度第1學期12月份學生營養午餐菜單

日期		主食	主菜	主菜一	副菜一	副菜二	湯品	水果	附餐
2023/12/01	五	糙米飯	黑胡椒肉排	高麗菜肉片	紅蘿蔔炒蛋	季節青菜	山藥排骨湯	時令水果	
2023/12/04	一	紫米飯	三杯杏鮑菇	番茄炒蛋	馬鈴薯蛋沙拉	季節青菜	豆薯絲蛋花湯	時令水果	鮮乳/蔬食日
2023/12/05	二	糙米飯	馬鈴薯燉肉	涼拌豆干絲	白菜滷	季節青菜	海帶芽蛋花湯		
2023/12/06	三	炒麵	滷雞翅			季節青菜	金針排骨湯	時令水果	
2023/12/07	四	糙米飯	薑片燉雞	蒜炒高麗菜	筍乾炒肉絲	季節青菜	餛飩湯		
2023/12/08	五	白飯	紅燒排骨	魚香茄子	炒三鮮	季節青菜	味噌鮮魚湯	時令水果	
2023/12/11	一	地瓜飯	風味棒棒腿	青椒炒肉絲	炒花椰菜	季節青菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	鮮乳
2023/12/12	二	糙米飯	筍乾滷肉	紅蘿蔔炒蛋	滷雞翅	季節青菜	玉米蛋花湯		
2023/12/13	三	麻油麵線湯	滷味拼盤			季節青菜		時令水果	
2023/12/14	四	白飯	咖哩雞丁	洋蔥炒香腸	炒高麗菜	季節青菜	青菜豆腐湯		
2023/12/15	五	糙米飯	蒸魚	麻婆豆腐	四季豆炒肉絲	季節青菜	鮮菇肉片湯	時令水果	
2023/12/18	一	紫米飯	宮保雞丁	馬鈴薯炒雞絲	炸薯餅	季節青菜	紫菜蛋花湯	時令水果	鮮乳
2023/12/19	二	糙米飯	風味雞翅	紅燒豆腐	高麗菜肉片	季節青菜	香菇雞湯		
2023/12/20	三	日式炒麵	泰式雞丁			季節青菜	味噌豆腐湯	時令水果	
2023/12/21	四	糙米飯	薑片燉雞	豬茸玉米	菜脯蛋	季節青菜	冬瓜排骨湯		
2023/12/22	五								不供餐
2023/12/25	一	南瓜飯	滷肉燥	白菜滷	番茄炒蛋	季節青菜	小白菜蛋花湯	時令水果	豆奶
2023/12/26	二	糙米飯	宮保雞丁	螞蟻上樹	炒四色	季節青菜	鮮菇肉片湯		
2023/12/27	三	漢堡	香酥豬排	漢堡用生菜	馬鈴薯蛋沙拉	漢堡用番茄片	玉米濃湯	時令水果	
2023/12/28	四	地瓜飯	香酥柳葉魚	雞蛋豆腐	高麗菜	季節青菜	番茄蛋花湯		
2023/12/29	五	糙米飯	沙茶豬柳	紅燒南瓜	玉米火腿蛋	季節青菜	味噌豆腐湯	時令水果	

承辦人：車 案溫 慧軒
行政助理

午餐委員：導師王惠萍

總務主任：總務主任林國欽

校長：中山國中蕭建福
校長

本校使用國產豬肉及其製品