**109學年度上學期國民小學1月份葷食菜單-馨儂 本店使用台灣豬肉**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **星期** | **主 食** | **主食**  **食材明細** | **主 菜** | **主菜**  **食材明細** | **副 菜 一** | **副菜一**  **食材明細** | **時蔬** | **湯 品 類** | **湯品**  **食材明細** |
| 4 | 一 | 白米飯 | 米 | 彩椒肉片 | 豬後腿肉 彩椒 洋蔥 蒜 | 豆皮時蔬 | 豆皮 時蔬 紅蘿蔔 蒜 | 蔬菜 | 蘿蔔大骨湯 | 白蘿蔔 紅蘿蔔 大骨 薑 |
| 5 | 二 | 糙米飯 | 米 糙米 | 香滷雞翅 | 三節翅 蒜 滷包 | 筍干凍腐 | 筍干 凍豆腐 絞肉 蒜 | 有機蔬菜 | 牛蒡湯 | 牛蒡 大骨 枸杞子 薑 |
| 6 | 三 | 刈包特餐 | 刈包 | 刈包配料 | 豬後腿肉 酸菜 薑 | 毛豆玉菜 | 毛豆 高麗菜 蒜 | 蔬菜 | 麵線糊 | 麵線 竹筍 紅蘿蔔 乾木耳 柴魚片 |
| 7 | 四 | 糙米飯 | 米 糙米 | 照燒雞 | 肉雞 洋蔥 紅蘿蔔 醬油 二砂糖 | 芹香豆腐 | 豆腐 西芹 紅蘿蔔 蒜 | 蔬菜 | 粉圓甜湯 | 粉圓 二砂 糖 |
| 8 | 五 | 紫米飯 | 米 紫米 | 碎瓜絞肉 | 絞肉 醬瓜 時瓜 蒜 | 玉米炒蛋 | 蛋 玉米粒 蒜 | 蔬菜 | 時蔬湯 | 時蔬 大骨 薑 |
| 11 | 一 | 白米飯 | 米 | 回鍋肉片 | 豬後腿肉 高麗菜 彩椒 蒜 | 季豆干片 | 豆干 四季豆 蒜 | 蔬菜 | 番茄蛋花湯 | 蛋 番茄 時蔬 薑 |
| 12 | 二 | 糙米飯 | 米 糙米 | 三杯雞 | 肉雞 紅蘿蔔 洋蔥 九層塔 蒜 | 蛋香時瓜 | 蛋 時瓜 蒜 | 有機蔬菜 | 味噌海芽湯 | 乾海帶芽 柴魚片 味噌 |
| 13 | 三 | 油飯特餐 | 米 糯米 | 香酥魚排 | 巴沙魚 白胡椒粉 | 油飯配料 | 豬後腿肉 乾香菇 竹筍 蒜 油蔥酥 | 蔬菜 | 時瓜湯 | 時瓜 大骨 薑 |
| 14 | 四 | 糙米飯 | 米 糙米 | 咖哩雞 | 肉雞 馬鈴薯 洋蔥 紅蘿蔔 咖哩粉 | 雙色花椰 | 青花菜 白花菜 蒜 | 蔬菜 | 綠豆西谷米 | 綠豆 二砂糖 西谷米 |
| 15 | 五 | 地瓜飯 | 米 地瓜 | 筍干燒肉 | 豬後腿肉 筍干 蒜 | 番茄炒蛋 | 番茄 蛋 蔥 | 蔬菜 | 時蔬粉絲湯 | 高麗菜 冬粉 大骨 薑 |
| 18 | 一 | 白米飯 | 米 | 時瓜絞肉 | 絞肉 時瓜 蒜 | 肉絲花椰 | 豬後腿肉 花椰菜 紅蘿蔔 蒜 | 蔬菜 | 金針蘿蔔湯 | 乾金針 白蘿蔔大骨 薑 |
| 19 | 二 | 糙米飯 | 米 糙米 | 醬瓜燒雞 | 肉雞 醬瓜 蒜 | 蔬香粉絲 | 冬粉 絞肉 時蔬 乾木耳 蒜 | 有機蔬菜 | 時蔬大骨湯 | 時蔬 大骨 薑 |
| 20 | 三 | 炊粉特餐 | 米粉 | 南瓜燒肉 | 豬後腿肉 南瓜 蒜 | 炊粉配料 | 高麗菜 豬後腿肉 紅蘿蔔 乾香菇 油蔥酥 | 蔬菜 | 糙米粥 | 蛋 糙米 紅蘿蔔時蔬 乾香菇 |