

金門縣烈嶼鄉卓環國小

107 學年第 1 學期午餐食譜

第 8 週

日期	主食	菜色一	菜色二	菜色三	湯	其他
10/15(星期一)	什錦拉麵					水果
	海蚵. 紅蘿蔔 美白菇. 香菇 豬肉罐 筍衣絲 紅蔥頭					
10/16(星期二)	白米飯	麻婆豆腐	紅蘿蔔炒蛋	田園時蔬	肉羹湯	
	白米	赤絞肉 豆瓣醬 非基改豆腐	紅蘿蔔 雞蛋		肉羹. 筍衣絲 金耳. 包心白 雞蛋. 香菇	
10/17(星期三)	芋仔粥	肉包	芝麻包	菜包	酸菜包	水果
	芋頭 豬肉罐 海蚵 豬肉片. 香菇 紅蘿蔔 蔥. 芹. 蒜					
10/18(星期四)	白米飯	滷雞腿	洋蔥炒蛋	田園時蔬	金針肉絲湯	
	白米	雞腿	洋蔥 雞蛋		金針 肉絲	
10/19(星期五)	白米飯	花枝酥	鐵板豆腐	田園時蔬	綠豆地瓜湯	水果
	白米	花枝	非基改豆腐 梅花肉. 洋蔥 杏包菇. 蔥 牛排醬. 烤肉醬 黑胡椒醬		綠豆 地瓜 砂糖	

實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整