

# 金門縣烈嶼鄉卓環國小

## 107 學年第 1 學期午餐食譜

### 第 7 週

日期	主食	菜色一	菜色二	菜色三	湯	其他
10/08(星期一)	白米飯	紅燒雞	洋蔥炒蛋	花菜什錦	紫菜蛋花大骨湯	
	白米	雞腿 九層塔	洋蔥 雞蛋	青.白花椰菜 紅蘿蔔 小黃瓜 杏包菇 筍衣絲	紫菜 雞蛋 大骨	
10/09(星期二)	什錦炒飯			田園時蔬	關東煮	水果
	赤絞肉 紅蘿蔔 雞蛋 蔥 紅蔥頭				排骨 玉米 白蘿蔔 豬血糕 貢丸	
10/10(星期三)	<h1>雙十國慶假期</h1>					
10/11(星期四)	白米飯	炸雞翅	紅燒馬鈴薯	田園時蔬	冬瓜蛤蚧蛋大骨湯	
	白米	雞翅	絞肉 馬鈴薯 紅蘿蔔		冬瓜 蛤蚧 大骨 雞蛋	
10/12(星期五)	白米飯	烤肉排	玉米炒蛋	田園時蔬	酸菜豬血大骨湯	水果
	白米	里肌片	玉米 雞蛋 紅蘿蔔		酸菜 豬血 大骨	

實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整