

金門縣烈嶼鄉卓環國小

107 學年第 1 學期午餐食譜

第 12 週

日期	主食	菜色一	菜色二	菜色三	湯	其他
11/12(星期一)	芋仔粥	肉包	芝麻包	酸菜包		水果
	梅花肉 蔥芹蒜 芋頭. 海蚶 豬肉罐. 香菇 紅蔥頭					
11/13(星期二)	糙米飯	咖哩雞	蔥炒蛋	田園時蔬	酸菜豬血大骨湯	
	糙米 白米	咖哩塊 雞腿 馬鈴薯	蔥 雞蛋		酸菜 豬血 大骨	
11/14(星期三)	糙米飯	麻婆豆腐	花枝酥	田園時蔬	冬瓜蛤蜊雞蛋大骨湯	
	糙米 白米	赤絞肉 豆瓣醬	花枝		冬瓜 蛤蜊 雞蛋 大骨	
11/15(星期四)	什錦拉麵					水果
	蚵. 紅蘿蔔 蔥. 芹. 蒜 紅蘿蔔 香菇. 豬肉罐 梅花肉 筍衣絲					
11/16(星期五)	糙米飯	滷雞翅	洋蔥炒蛋	田園時蔬	白蘿蔔魷魚大骨湯	
	糙米 白米	雞翅	洋蔥 雞蛋		白蘿蔔 魷魚 大骨	

實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整