

### 卓環國小 110 年 2 月份營養午餐

| 日期   | 星期 | 主食  | 主菜    | 副菜    | 蔬菜   | 湯品      | 附餐 |
|------|----|-----|-------|-------|------|---------|----|
| 2/22 | 一  | 糙米飯 | 素咖哩   | 黃瓜香絲  | 田園時蔬 | 桂圓紅棗木耳湯 | 水果 |
| 2/23 | 二  | 糙米飯 | 滷雞翅   | 蒜苗炒米血 | 田園時蔬 | 海芽蛋花湯   |    |
| 2/24 | 三  | 特餐  | 高麗菜鹹飯 |       | 田園時蔬 | 關東煮     | 水果 |
| 2/25 | 四  | 糙米飯 | 花生麵筋  | 螞蟻上樹  | 田園時蔬 | 吻仔魚香菇羹湯 |    |
| 2/26 | 五  | 糙米飯 | 麻婆豆腐  | 雙色花椰菜 | 田園時蔬 | 肉羹湯     | 水果 |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |
|      |    |     |       |       |      |         |    |

\* 星期一、三、五水果；每週限一次甜湯(且低糖)；每週最多限一次油炸，為響應  
 節能減碳政策與健康要求每週一為(無肉日)，青菜魚肉雞鴨以時鮮為主。  
 冷凍食品蔬菜以CAS、四章一Q標示優良食品及時令盛產期之蔬菜水果為主。  
 \* 本校一律使用國產豬食材，\* 實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略微調整。