

三興國小午餐群組(博愛.福德) 112年04月份菜單

日期	菜餚名稱	總食材
4/6(週四)	日式和風拌飯	白米+高麗菜+杏鮑菇+洋蔥+絞肉+冷凍玉米粒+紅蘿蔔+CAS洗選蛋
	馬鈴薯燉肉	肉角+馬鈴薯+洋蔥+紅蘿蔔
	有機小松菜	有機小松菜
	蘿蔔大骨湯	白蘿蔔+龍骨丁
	水果/保久乳	水果/保久乳
4/7(週五)	糙米飯	白米+糙米
	泰式魚片*1	水鱉魚片+洋蔥+蔥+彩椒+檸檬汁
	古早味油蔥炒蛋	CAS殺菌液蛋+洋蔥+高麗菜+紅蘿蔔+蔥
	有機黑葉白菜	有機黑葉白菜
	羅宋湯	馬鈴薯+番茄+西芹+紅蘿蔔
4/10(週一)	水果	水果
	小米飯	白米+小米
	鐵板肉柳	肉柳+洋蔥+紅蘿蔔+蔥
	蛋酥白菜	大白菜+紅蘿蔔+木耳+乾香菇絲+蛋酥+扁魚
	有機油江菜	有機油江菜
4/11(週二)	▲肉羹湯	白蘿蔔+肉羹+香菜
	水果	水果
	奶香培根義大利麵	義大利麵+洋蔥+冷凍玉米粒+培根+紅蘿蔔+杏鮑菇+冷凍青花菜+奶粉
	★香酥雞翅*1	雞翅
	有機小白菜	有機小白菜
4/12(週三)	玉米濃湯	冷凍玉米粒+洋蔥+馬鈴薯+紅蘿蔔
	水果	水果
	大麥飯	白米+洋薏仁
	鮮菇燴魚丁	水鱉魚丁+冷凍青花菜+香菇+洋蔥+起士絲
	麻婆豆腐	非基改板豆腐+絞肉+蔥
4/13(週四)	有機小松菜	有機小松菜
	紫菜蛋花湯	紫菜+CAS洗選蛋
	水果	水果
	胚芽飯	白米+胚芽米
	壽喜燒	肉片+大白菜+金針菇+洋蔥+蔥
4/14(週五)	莎莎醬炒蛋	CAS殺菌液蛋+馬鈴薯+洋蔥+蕃茄
	有機高麗菜	有機高麗菜
	黃瓜排骨湯	大黃瓜+龍骨丁
	水果	水果
	地瓜飯	白米+地瓜
4/17(週一)	宮保雞丁	帶皮胸丁+非基改四分干+杏鮑菇+洋蔥+蒜味花生+乾辣椒
	豆芽炒肉絲	綠豆芽+紅蘿蔔+木耳+肉絲+洋蔥
	炒油麥菜	油麥菜
	黑糖米苔目甜湯	甜米苔目+綠豆+黑糖
	水果	水果
4/18(週二)	茄汁蛋炒飯	白米+冷凍玉米粒+洋蔥+CAS洗選蛋+紅蘿蔔+蕃茄+肉絲+高麗菜+番茄醬
	蒜香豬排*1	豬排
	有機A菜	有機A菜
	冬瓜湯	冬瓜+龍骨丁
	水果	水果
	蕎麥飯	有機白米+蕎麥

	沙茶魚丁	水鯊魚丁+非基改板豆腐+大白菜+金針菇+沙茶醬
	肉絲高麗菜	高麗菜+紅蘿蔔+肉絲+木耳+蔥
	有機味美菜	有機味美菜

	雙色蘿蔔湯	白蘿蔔+紅蘿蔔
	水果/保久乳	水果/保久乳
4/19(週三)	麥片飯	白米+麥片
	粉蒸肉	肉角+地瓜+蒸肉粉
	酸甜洋芋	馬鈴薯+彩椒+紅蘿蔔+小黃瓜+檸檬汁
	炒油菜	油菜
	榨菜肉絲湯	榨菜+冬粉+肉絲
	水果	水果
4/20(週四)	紫米飯	白米+紫米
	蜜汁雞	帶皮胸丁+白芝麻
	▲蘿蔔魚丸	白蘿蔔+紅蘿蔔+虱目魚丸+芹菜
	有機黑葉白菜	有機黑葉白菜
	番茄黃芽湯	番茄+黃豆芽+龍骨丁
	水果	水果
4/21(週五)	燕麥飯	白米+燕麥
	玉米炒蛋	CAS殺菌液蛋+紅蘿蔔+冷凍玉米粒
	家常油腐	非基改油豆腐+高麗菜+紅蘿蔔+杏鮑菇+蔥
	有機油江菜	有機油江菜
	味噌豆腐湯	非基改板豆腐+海帶芽+非基改味噌
	水果	水果
4/24(週一)	胚芽飯	白米+胚芽米
	★椒鹽魚丁	水鯊魚丁+馬鈴薯+胡椒粉
	奶香花椰	冷凍青花菜+冷凍白花菜+杏鮑菇+彩椒角+培根+奶粉
	有機高麗菜	有機高麗菜
	玉米大骨湯	玉米+白蘿蔔+龍骨丁
	水果	水果
4/25(週二)	紅藜麥飯	有機白米+紅藜麥
	芋香燒肉	肉角+芋頭+非基改油豆腐+香菇
	起司洋蔥蛋	CAS殺菌液蛋+洋蔥+紅蘿蔔+蔥+起司粉
	有機小松菜	有機小松菜
	田園蔬菜湯	蕃茄+紅蘿蔔+洋蔥+杏鮑菇
	水果	水果
4/26(週三)	小米飯	白米+小米
	腐乳燒雞	帶皮胸丁+骨腿丁+大白菜+蔥+香菇+豆腐乳
	海帶干絲	海帶+非基改干絲+紅蘿蔔+芹菜
	有機空心菜	有機空心菜
	地瓜甜湯	地瓜+芋圓
	水果	水果
4/27(週四)	糙米飯	白米+糙米
	咖哩肉片	肉片+馬鈴薯+紅蘿蔔+洋蔥+咖哩粉
	玉米肉末干丁	冷凍玉米粒+紅蘿蔔+非基改豆干+絞肉+冷凍毛豆仁
	有機小白菜	有機小白菜
	蒲瓜大骨湯	蒲瓜+龍骨丁
	水果/豆奶	水果/豆奶
4/28(週五)	台式炒麵	黃油麵+高麗菜+紅蘿蔔+洋蔥+蔥+乾香菇絲+肉絲
	鹽麴烤雞排*1	雞排+鹽麴醬
	炒青江菜	青江菜
	酸辣湯	非基改板豆腐+紅蘿蔔+木耳+CAS洗選蛋+大白菜
	水果	水果