

臺北市信義區三興、博愛、福德國小午餐群組菜單113年5月

※本群組午餐豬肉及豬肉加工品原料產地：台灣

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
4/29	4/30	5/1	5/2	5/3
		糙米飯 砂鍋魚丁 鮮菇蒸蛋 有機味美菜 海芽珍菇湯 水果	蕎麥飯 沖繩塔可肉 彩椒花椰 有機小松菜 ▲肉羹湯 水果	海苔蛋香拌飯 蜂蜜烤腿排*1 炒油麥菜 玉米蘿蔔湯 水果
5/6	5/7	5/8	5/9	5/10
紅藜麥飯 蔥爆豬柳 玉米炒蛋 有機高麗菜 羅宋湯 水果	胚芽飯 栗子燒雞 肉絲蒲瓜 有機黑葉白菜 地瓜芋圓湯 水果	大麥飯 孜然炒肉片 絲瓜粉絲 炒油麥菜 蕃茄黃芽湯 水果	炸醬麵 韓味翅小腿*2 有機油江菜 ▲冬瓜丸片湯 水果/保久乳	地瓜飯 莎莎魚丁 鮮蔬炒年糕 有機空心菜 味噌豆腐湯 水果
5/13	5/14	5/15	5/16	5/17
小米飯 義式洋芋雞 關東煮 有機小白菜 青菜蛋花湯 水果	肉絲蛋炒飯 越式豬排*1 有機空心菜 黃瓜大骨湯 水果/豆奶	紫米飯 糖醋雞丁 塔香海根 有機小松菜 客家米粉湯 水果	麥片飯 沙茶燴三鮮 南瓜炒蛋 有機黑葉白菜 肉骨茶湯 水果	燕麥飯 和風馬鈴薯燉肉片 拌炒雙芽 炒青江菜 大滷湯 水果
5/20	5/21	5/22	5/23	5/24
日式炒烏龍 ★炸蝦排*1 有機高麗菜 鮮菇蘿蔔湯 水果	糙米飯 咖哩雞 蛋酥白菜 有機白莧菜 冬瓜金茸湯 水果/保久乳	蕎麥飯 海結燉肉 筍炒三絲 炒油菜 金針大骨湯 水果	五穀飯 三杯雞 肉片炒高麗 有機荷葉白菜 蕃茄蛋花湯 水果	大麥飯 起司洋芋炒蛋 綜合滷味 有機味美菜 黑糖粉圓醇奶 水果
5/27	5/28	5/29	5/30	5/31
麥片飯 春川炒雞 鮮燴黃瓜 有機空心菜 南瓜濃湯 水果	紅藜麥飯 ★椒鹽魚丁 蕃茄炒蛋 有機小白菜 枸杞蒲瓜湯 水果	胚芽飯 粉蒸肉 玉米肉茸 有機白莧菜 柴魚油腐湯 水果	夏威夷炒飯 照燒雞翅*1 有機山菠菜 白菜珍菇湯 水果	小米飯 花生滷豬腳 小魚炒干片 炒油菜 竹筍湯 水果