

大林國小_ 113年02月 午餐(葷食)團膳菜單 供餐單位：助民

日期	星期	主食	內容物	主菜	內容物	副菜一	內容物	副菜二	內容物	青菜	湯品	內容物	水果	全穀類 /份	蛋豆 魚肉類 /份	蔬菜類 /份	油脂類 /份	水果類 /份	奶類 /份	總熱量
2月12日	一																			
2月13日	二																			
2月14日	三																			
2月15日	四																			
2月16日	五	香Q米飯	白米	卡拉雞排	雞排	太祖魷魚羹	魷魚、肉羹、竹筍	玉米炒蛋	玉米、雞蛋	青菜	海苗豆腐湯	紫菜、豆腐		5.8	2	1.8	2.4	0	0	709
2月17日	六	肉絲炒麵	油麵、高麗菜、肉絲	紅燒排骨	排骨	黑糖饅頭	饅頭	客家小炒	豆干片、胡蘿蔔	青菜	高麗菜蛋花湯	高麗菜、雞蛋		5.9	2	1.9	2.5	0	0	723
2月19日	一	香Q米飯	白米	老滷雞翅	雞翅	韓式泡菜鍋	泡菜、高麗菜、菇類	菜脯炒蛋	菜脯、雞蛋	青菜	酸菜鴨肉湯	酸菜、鴨肉		5.8	2.1	1.8	2.4	0	0	717
2月20日	二	香Q米飯	白米	蔥花魚丁	魚丁	筍干扣肉	竹筍、豬肉	胡蘿蔔炒蛋	胡蘿蔔、雞蛋	青菜	榨菜肉絲湯	肉絲、榨菜		5.8	1.9	1.9	2.5	0	0	709
2月21日	三	香Q米飯	白米	香香雞肉堡	雞肉堡	招牌滷肉燥	豬絞肉、油豆腐、紅蘿蔔	包心菜炒菇菇	胡蘿蔔、包心菜、菇類	青菜	爆皮豆腐湯	爆皮、豆腐		5.9	1.9	2	2.3	0	0	709
2月22日	四	香Q米飯	白米	沙茶排骨	排骨	麻婆豆腐	胡蘿蔔、豆腐、豬絞肉	麥克雞塊*2	雞塊	青菜	冬瓜芋圓	冬瓜茶、芋圓		5.9	2	2	2.2	0	0	853
2月23日	五	高麗菜炒飯	白飯、高麗菜、胡蘿蔔	三杯雞	雞丁	海帶+豆干	海帶、豆干	刺瓜肉片	刺瓜、肉片	青菜	冬瓜丸子湯	冬瓜、丸子		5.9	2.1	2	2.3	0	0	724
2月26日	一	香Q米飯	白米	麻油雞	雞肉、高麗菜	日式蒸蛋	雞蛋、柴魚片	麥克雞塊*2	雞塊	青菜	紫菜蛋花湯	紫菜、雞蛋		5.9	2.1	2	2.2	0	0	720
2月27日	二	香Q米飯	白米	卡拉雞排	雞排	咖哩豬	胡蘿蔔、馬鈴薯、豬肉	塔香豆干片	胡蘿蔔、豆干片	青菜	玉米濃湯	玉米、雞蛋、洋葱		5.9	2	2	2.3	0	0.2	741
2月28日	三	228和平紀念日~放假囉!! 																		
2月29日	四	香Q米飯	白米	滷味排骨	排骨	廟口魷魚羹	筍絲、肉羹、紅蘿蔔、魷魚	肉燥豆腐	油豆腐、豬絞肉	青菜	仙草凍奶茶	仙草凍、奶茶		6	1.9	2	2.3	0	0.2	740

歡迎洽購~訂購專線:05-5866692 **本廠一律使用國產豬肉