高雄市大榮高級中學小學部109-5菜單



|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | 日期 | 星期 | 主食 | 副食一 | 副食二 | 青菜 | 湯 | 水果 |
| 1 | 5/1 | 五 | 紫米飯 | 魚排 | 枸杞蒸蛋 | 青菜 | 藥膳菇湯 | 水果 |
| 2 | 5/4 | 一 | 米飯 | 回鍋肉片 | 三杯杏鮑菇 | 青菜 | 地瓜涼圓湯 | 水果 |
| 3 | 5/5 | 二 | 米飯 | 檸檬豬柳 | 玉米布丁酥 | 青菜 | 和風海芽湯 | 水果 |
| 4 | 5/6 | 三 | 炒粄條 | 古早味粄條 | 梅干菜燒肉 | 青菜 | 瘦肉菜豆粥 | 水果 |
| 5 | 5/7 | 四 | 米飯 | 香酥雞腿 | 丁香花生 | 青菜 | 皇帝豆龍骨湯 | 水果 |
| 6 | 5/8 | 五 | 五穀飯 | 蝦卷 | 芹香豆皮 | 青菜 | 紫菜魚丸湯 | 水果 |
| 7 | 5/11 | 一 | 米飯 | 滷豬排 | 蒼蠅頭 | 青菜 | 芋頭西米露 | 水果 |
| 8 | 5/12 | 二 | 米飯 | 咖哩豬肉 | 紅燒豆腐 | 青菜 | 四神湯 | 水果 |
| 9 | 5/13 | 三 | 炒飯 | 肉絲炒飯 | 黑胡椒肉片 | 青菜 | 蘿蔔貢丸湯 | 水果 |
| 10 | 5/14 | 四 | 米飯 | 三杯雞 | 韮菜炒黑輪 | 青菜 | 肉羹湯 | 水果 |
| 11 | 5/15 | 五 | 糙米飯 | 香酥花枝排 | 涼拌海帶絲 | 青菜 | 翡翠豆腐湯 | 水果 |
| 12 | 5/18 | 一 | 米飯 | 照燒肉片 | 蟹絲蒸蛋 | 青菜 | 仙草愛玉冰 | 水果 |
| 13 | 5/19 | 二 | 米飯 | 瓜仔肉 | 沙茶玉米 | 青菜 | 蛤蜊湯 | 水果 |
| 14 | 5/20 | 三 | 炒麵 | 什錦炒麵 | 香滷豬排 | 青菜 | 吻魚粥 | 水果 |
| 15 | 5/21 | 四 | 米飯 | 香雞堡 | 腐皮高麗菜 | 青菜 | 酸菜豬肚湯 | 水果 |
| 16 | 5/22 | 五 | 燕麥飯 | 豆瓣花枝 | 金茸絲瓜 | 青菜 | 丁香味噌湯 | 水果 |
| 17 | 5/25 | 一 | 米飯 | 醬爆肉 | 蔥花蛋 | 青菜 | 粉圓湯 | 水果 |
| 18 | 5/26 | 二 | 米飯 | 馬鈴薯燉肉 | 麻婆豆腐 | 青菜 | 白菜豆腐湯 | 水果 |
| 19 | 5/27 | 三 | 炒飯 | 蝦皮鳳梨炒飯 | 沙茶豬柳 | 青菜 | 金茸三絲湯 | 水果 |
| 20 | 5/28 | 四 | 米飯 | 卡啦雞排 | 塔香油豆腐 | 青菜 | 枸杞冬瓜湯 | 水果 |
| 21 | 5/29 | 五 | 芝麻飯 | 鮮吃魚 | 冬瓜什錦 | 青菜 | 玉米黑輪湯 | 水果 |