

發行人:劉俊男 校長
 出版:高雄市中庄國民小學
 學生午餐供應委員會

執行編輯:田羚玉 午餐執行秘書
 本期主編:顏怡萱、張妍 營養師
 編 審:蔡佩吟、周巧巧 營養師

※本校午餐之肉品、蛋品採用國產食材，蔬果類優先採用當季國產食材

供應人數:1048人

中庄國民小學114 年2月 午餐食譜

供應日數:13天

NO	日期	週	主食	副食一	副食二	副食三	湯	其他	熱量
1	02/11	二	五穀飯⑧	宮保雞丁	塔香海茸⑦	薑絲油菜	石斑魚湯⑨⑩	蓮霧	420
2	02/12	三	什錦刀削麵⑨▲	冰心地瓜	大理石麵包⑧			黑豆漿⑨	469
3	02/13	四	白飯	泰式打拋豬	肉絲黃豆芽⑨	蒜香小白菜	綠豆薏仁湯	棗子	510
4	02/14	五	燕麥飯⑧	三杯杏鮑菇	洋蔥炒蛋⑤	薑絲菠菜	蔬菜油腐湯⑨		411
5	02/17	一	糙米飯	鴿蛋肉燥⑤⑨	木耳炒三鮮①▲	薑炒絲瓜①	玉米蛋花湯⑤	布丁④	577
6	02/18	二	薏仁飯	滷雞腿	番茄炒蛋⑤	蒜香綠花椰	冬菜虱目魚湯⑩	小番茄	477
7	02/19	三	沙茶魷魚麵疙瘩⑤▲	叉燒包⑧				優酪乳④	442
8	02/20	四	白飯	咖哩魚丁⑩	炒雙油⑨	蒜香高麗菜①	冬瓜粉角⑪	蘋果	484
9	02/21	五	芝麻飯⑦	豆輪燒肉⑨	三菇燴豆腐⑨	蒜香空心菜	榨菜肉絲湯		408
10	02/24	一	糙米飯	什錦肉片⑨	開陽白菜①	鮑菇青江菜	餛飩湯	保久乳④	509
11	02/25	二	五穀飯⑧	當歸香菇雞	刺瓜燴魚羹▲	炒菠菜	高麗菜湯	柳丁	452
12	02/26	三	什錦海鮮湯飯⑩▲	藍莓乳酪貝果麵包⑥	滷蛋⑤			優格④	533
13	02/27	四	白飯	香酥魚丁⑩	菜豆炒肉絲	蒜香大陸妹	地瓜甜湯	水梨	376

備註:1. 02月份供應午餐13日，收費585元。

114年02月印1015份

2. 遇特殊狀況〔如颱風、退費、停水、停電〕變動食譜。

承印者:文鵬有限公司

3. 本校豆製品食材均使用非基因黃豆製品。

電話:5 8 8 9 0 7 6

4. 過敏原項目標示:①甲殼類 ②芒果 ③花生 ④牛/羊奶 ⑤蛋 ⑥堅果類 ⑦芝麻 ⑧含麩質之穀物 ⑨大豆 ⑩魚類

⑪亞硫酸鹽類 ▲頭足類 ●螺貝類 ○種子類 ★奇異果

5. 本菜單部分食材含有衛福部公告11種過敏原，倘有體質過敏者，可至校園食材登錄平臺查詢相關食材資訊，並避免食用。