

金門縣金寧中小學110年2+3月份營養午餐菜單

◎本校使用國產豬肉食材

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐
2/22	一	拉麵 + 包子					水果
23	二	白米飯	咖哩馬鈴薯雞丁	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	什錦豆腐湯	
24	三	香芋鹹飯+ 海蚶麵線湯					
25	四	白米飯	香酥豬排	肉末蒸蛋	時令蔬菜	紅豆湯圓	水果
26	五	糙米飯	三杯雞	白菜滷	時令蔬菜	味噌海芽湯	
3/2	二	白米飯	宮保雞丁	西芹炒甜不辣	時令蔬菜	蘿蔔魚丸湯	水果
3	三	什錦炒麵 + 酸辣湯					
4	四	白米飯	咖哩馬鈴薯	蕃茄豆腐蛋	時令蔬菜	銀耳桂圓湯	水果
5	五	糙米飯	紅燒雞腿	花生海帶	時令蔬菜	什錦豆腐湯	
8	一	糙米飯	栗子燒雞翅	麻婆豆腐	時令蔬菜	蘿蔔排骨湯	水果
9	二	白米飯	瓜子肉燥	玉米炒蛋	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	水果
10	三	廣東粥 + 肉鬆捲					
11	四	白米飯	洋芋燒肉	什錦滷味	時令蔬菜	燒仙草	水果
12	五	糙米飯	香酥雞腿	客家小炒	時令蔬菜	玉米濃湯	
15	一	糙米飯	京醬肉絲	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	味噌海芽湯	水果
16	二	白米飯	香酥魚	螞蟻上樹	時令蔬菜	玉米濃湯	
17	三	麵疙瘩 + 燒餅					
18	四	白米飯	紅燒雞腿	韓式辣炒年糕	時令蔬菜	綠豆粉條湯	水果
19	五	糙米飯	香酥雞排	鮑菇花菜	時令蔬菜	什錦豆腐湯	
22	一	糙米飯	麵結燒肉	玉米炒蛋	時令蔬菜	大瓜魚丸湯	
23	二	白米飯	梅干扣肉	小黃瓜炒甜不辣	時令蔬菜	香菇竹筍湯	水果
24	三	肉羹麵 + 包子+ 茶葉蛋					
25	四	白米飯	三杯雞	咖哩馬鈴薯	時令蔬菜	冬瓜山粉圓湯	水果
26	五	糙米飯	炸肉排	白菜滷	時令蔬菜	高麗菜蛋花湯	
29	一	糙米飯	香酥魚	芹香小魚輪	時令蔬菜	香菇竹筍湯	
30	二	白米飯	香酥雞排	肉末蒸蛋	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	水果
31	三	什錦拉麵 + 銀絲卷					