

正惠心

舊社國小

日期	4/1(一)	4/2(二)	4/3(三)	4/4(四)	4/5(五)
菜色	香Q白飯 日式蒸蛋 薯條雙拼 鮮蔬炒干丁 貴婦馬卡龍 季節青菜 麵線糊	香Q白飯 壽喜燒肉片 香烤雞堡 香滷筍干 季節青菜 日式味噌湯	香Q白飯 豪大香雞排 太祖魷魚羹 三鮮鍋貼 季節青菜 蘿蔔丸子湯	兒童節/清明節	
營養成分	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 108 熱量 740	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 109 熱量 744	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 109 熱量 744		
日期	4/8(一)	4/9(二)	4/10(三)	4/11(四)	4/12(五)
菜色	香Q白飯 泡菜什錦鍋 洋蔥炒蛋 蔬菜薯餅 起酥條 季節青菜 玉米濃湯	香Q白飯 糖醋排骨 柴魚章魚燒 南洋咖哩 季節青菜 紫菜蛋花湯	香Q白飯 酥炸雞翅 狀元滷味 蒜炒香腸片 季節青菜 豬血湯	香Q白飯 藍帶烤豬排 炒越南河粉 銀芽肉絲 季節青菜 竹筍排骨湯	醃醬麵 炭烤雞排 蔬菜玉米餅 竹葉肉粽 季節青菜 榨菜肉絲湯
營養成分	蛋白質 22 脂肪 22 醣類 110 熱量 720	蛋白質 25 脂肪 23 醣類 106 熱量 728	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 109 熱量 744	蛋白質 24 脂肪 23 醣類 105 熱量 723	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 106 熱量 732
日期	4/15(一)	4/16(二)	4/17(三)	4/18(四)	4/19(五)
菜色	香Q白飯 香菇滷豆輪 蔬菜杏仁捲 烤地瓜條 奶油泡芙 季節青菜 薑絲海芽湯	香Q白飯 紅燒豬腳 時蔬混炒 芹香甜不辣 季節青菜 玉米塊湯	香Q白飯 脆皮雞腿堡 咕咕燴炒 五香滷蛋 季節青菜 刺瓜丸子湯	香Q白飯 泡菜肉片 炒四寶 翡翠柳葉魚 季節青菜 白玉大骨湯	什錦炒飯 五香雞腿 花枝丸炒青菜 蜂蜜蛋糕 季節青菜 柴魚肉羹湯
營養成分	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 108 熱量 740	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 109 熱量 744	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 110 熱量 748	蛋白質 23 脂肪 23 醣類 109 熱量 753	蛋白質 23 脂肪 26 醣類 112 熱量 774
日期	4/22(一)	4/23(二)	4/24(三)	4/25(四)	4/26(五)
菜色	香Q白飯 三杯杏鮑菇 黃瓜炒素丸片 烤玉米餅 原味蛋塔 季節青菜 菜頭湯	香Q白飯 香烤雞排 泡菜鍋 青蔬肉捲 季節青菜 酸菜豬血湯	香Q白飯 起司豬排 阿呆滷味 茶碗蒸 季節青菜 蘑菇濃湯	香米飯 冬瓜燒鴨 客家小炒 鮮蔬蝦捲 季節青菜 味噌豆腐湯	義大利麵 炭烤豬排 烤章魚丸子 起酥蛋糕 季節青菜 金針什錦湯
營養成分	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 114 熱量 748	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 110 熱量 748	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 109 熱量 744	蛋白質 26 脂肪 23 醣類 109 熱量 750	蛋白質 23 脂肪 23 醣類 114 熱量 748
日期	4/29(一)	4/30(二)	請踴躍訂購		
菜色	香Q白飯 茶碗蒸 沙茶燴珍珠 蔬菜甜條 夾心蛋糕 季節青菜 酸辣湯	香Q白飯 蒜泥白肉 麻婆豆腐 香烤花枝條 季節青菜 黃瓜大骨湯			
營養成分	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 108 熱量 740	蛋白質 23 脂肪 24 醣類 110 熱量 748			

營養師：張虹美