



臺中市西區大勇附幼105年5月份午餐表

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果	備註
2	一	小米飯	壽喜燒	螞蟻上樹	可口青菜	香菇雞湯	水果	
3	二	糙米飯	卡啦雞排	嫩炒扁蒲	時令蔬菜	番茄蛋花湯	水果	夾子
4	三	麵食	義大利肉醬麵 (非基改玉米粒)	烏龍干片 (非基改豆干片)	碧綠蔬菜	牛奶玉米濃湯 (非基改玉米粒)	水果	夾子
5	四	麥片飯	香菇肉燥	焗烤鮮蔬 (非基改玉米粒)	當季青菜	蘿蔔排骨湯	水果	
6	五	白米飯	清蒸嫩腐 (非基改豆腐)	蕃茄炒蛋	青翠時蔬	紅豆地瓜圓湯	水果	蔬食日, 夾子
9	一	胚芽飯	鐵板肉片	芋香四喜 (非基改玉米粒)	當季時蔬	關東煮湯	水果	
10	二	紫米飯	椒鹽魚	白玉三絲羹	時令蔬菜	冬瓜排骨湯	水果	夾子
11	三	粥食	鮮筍粥	鴿蛋干丁 (非基改豆干)	當季時蔬	焗烤吐司 (非基改玉米粒)	水果	蔬食日
12	四	白米飯	三杯雞	日式蒸蛋	高纖蔬菜	味噌小魚湯 (非基改味噌, 豆腐)	水果	
13	五	地瓜飯	蘑菇豬排	鮮瓜什錦	可口青菜	紫菜蛋花湯	水果	夾子
16	一	白米飯	香菇素肉燥 (非基改豆干丁)	三色炒蛋	碧綠蔬菜	香濃豆漿 (非基改豆漿)	水果	蔬食日
17	二	小米飯	香嫩烤雞	鮮燴什錦	可口青菜	青菜蛋花湯	水果	夾子
18	三	麵食	手工肉羹麵線	滷蛋	時令青菜	冰心地瓜	水果	夾子
19	四	糙米飯	糖醋雞丁	家常豆腐 (非基改豆腐)	當季青菜	昆布養生湯	水果	
20	五	薏仁飯	泡菜燒肉	丁香花生 (非基改豆干)	青翠時蔬	蔬菜五行湯	水果	
23	一	糙米飯	蘿蔔滷肉	番茄燴豆腐 (非基改豆腐)	時令青菜	鮮筍排骨湯	水果	
24	二	白米飯	香滷百頁 (非基改百頁豆腐)	古早味菜脯蛋	當季青菜	味噌湯 (非基改味噌)	水果	蔬食日
25	三	小米飯	香酥魚	白菜滷	可口青菜	豆薯排骨湯	水果	夾子
26	四	飯食	夏威夷炒飯 (非基改玉米粒)	照燒雞排	時令青菜	榨菜肉絲湯	水果	夾子
27	五	紫米飯	咖哩肉丁	什錦鮮炒	碧綠蔬菜	玉米蛋花湯 (非基改玉米粒)	水果	
30	一	糙米飯	蜜汁排骨	什錦蔬菜羹	碧綠蔬菜	紫菜蛋花湯	水果	
31	二	白米飯	三杯豆包 (非基改豆包)	玉米炒蛋 (非基改玉米粒)	時令青菜	摩摩喳喳	水果	蔬食日, 夾子

