



# 臺中市西區大勇國民小學107年6月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果	備註
1	五	粥食	玉米芙蓉粥	蠔油豬排	有機蔬菜	奶皇包	水果	夾子
4	一	小米飯	紅燒軟腩	麻婆豆腐	碧綠蔬菜	蘿蔔排骨湯	水果	
5	二	糙米飯	卡啦雞排	四色玉米	青翠時蔬	青菜蛋花湯	水果	夾子
6	三	麵食	白醬嫩雞義大利麵	可頌麵包	當季青菜	金針肉絲湯	水果	夾子
7	四	地瓜飯	清蒸檸檬魚	鐵板杏鮑菇	有機蔬菜	什錦湯	水果	
8	五	糙米飯	沙茶豆干	鮮菇蒸蛋	有機蔬菜	日式味噌湯	水果	蔬食日
11	一	糙米飯	椰香咖哩雞	榨菜炒肉絲	碧綠蔬菜	鮮瓜金菇湯	水果	
12	二	紫米飯	鹽酥魚	什錦彩燴	當季青菜	竹筍排骨湯	水果	夾子
13	三	飯食	台式肉粽	鴿蛋什錦	青翠時蔬	冬瓜山粉圓湯	水果	夾子
14	四	糙米飯	鐵板豆包絲	玉米炒蛋	有機蔬菜	鮮蔬細粉湯	水果	蔬食日
15	五	五穀飯	芝麻烤雞	白菜滷	有機蔬菜	翡翠蛋花湯	水果	夾子
19	二	紫米飯	瓜仔蒸肉餅	客家小炒	當季青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	
20	三	糙米飯	番茄燒百頁	海味蒸蛋	碧綠蔬菜	菇菇湯	水果	蔬食日
21	四	小米飯	鹽酥雞	螞蟻上樹	有機蔬菜	金針排骨湯	水果	夾子
22	五	糙米飯	樹子蒸魚	鮮筍炒肉絲	有機蔬菜	玉米蛋花湯	水果	
25	一	糙米飯	蔥燒雞	翠綠鮮菇	時令青菜	玉菜小魚湯	水果	
26	二	麵食	紅燒豬腩麵	滷蛋豆干	當季青菜	綠豆地瓜湯	水果	
27	三	五穀飯	紅燒鮮魚	彩燴什錦	青翠時蔬	鮮筍貢丸湯	水果	
28	四	小米飯	泰式豆包	鮮蔬鴿蛋	有機蔬菜	鮮瓜玉穗湯	水果	蔬食日
29	五	糙米飯	清蒸大排	鮮菇豆腐煲	有機蔬菜	番茄洋蔥湯	水果	夾子

