



臺中市西區大勇國民小學108年11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	糙米飯	糖醋雞丁	螞蟻上樹	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	水果	
4	一	糙米飯	香草白醬雞	培根花菜	青翠時蔬	翡翠蛋花湯	水果	
5	二	紫米飯	清香豬排	日式蒸蛋	當季青菜	鮮蔬肉絲湯	水果	
6	三	糙米飯	香香炸雞	菇菇鮮蔬羹	碧綠蔬菜	山藥排骨湯	水果	夾子
7	四	小米飯	咖哩肉	醬爆干丁	有機蔬菜	鮮菇雞湯	水果	
8	五	麵線糊	香滷福州丸	紅燒嫩腐	有機蔬菜	珍珠奶皇包	水果	蔬食日
11	一	糙米飯	三杯雞	什錦蔬菜羹	青翠時蔬	酸辣湯	水果	
12	二	飯食	肉絲蛋炒飯	照燒雞腿排	當季青菜	蔬菜五行湯	水果	夾子
13	三	紫米飯	鹽酥鮮魚	玉米四色	碧綠蔬菜	絲瓜湯	水果	夾子
14	四	小米飯	滷味拼盤	焗烤鮮蔬	有機蔬菜	雙圓甜湯	水果	蔬食日
15	五	糙米飯	黃豆燒豬腩	開陽白菜	有機蔬菜	雪花雙菇湯	水果	
18	一	紫米飯	紅棗燉雞	洋蔥干片	青翠時蔬	玉米蛋花湯	水果	
19	二	麵食	義大利肉醬麵	麥克雞塊	當季青菜	金針排骨湯	水果	夾子
20	三	糙米飯	佛跳牆	金玉炒蛋	碧綠蔬菜	南瓜濃湯	水果	蔬食日
21	四	小米飯	香酥炸雞翅	咖哩洋芋	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	水果	夾子
22	五	糙米飯	鮮蒸肉餅	鮮瓜炒肉片	有機蔬菜	日式味噌湯	水果	
25	一	糙米飯	香滷雞排	開陽扁蒲	青翠時蔬	鮮菇蛋花湯	水果	
26	二	小米飯	香酥魚	鮮菇白菜	當季青菜	紅豆薏仁湯	水果	夾子
27	三	玉米蔬菜粥	飄香滷蛋	蜜汁干丁	碧綠蔬菜	黑糖馬拉糕	水果	蔬食日
28	四	地瓜飯	麻油雞丁	海根炒肉絲	有機蔬菜	關東煮湯	水果	
29	五	糙米飯	蘑菇豬柳	鮮蔬干片	有機蔬菜	冬瓜魚丸湯	水果	