



臺中市西區大勇國民小學108年12月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果
2	一	紫米飯	沙茶洋蔥肉片	紅燒豆腐	碧綠蔬菜	蔬菜湯	水果
3	二	糙米飯	日式咖哩雞	螞蟻上樹	當季青菜	清香結頭湯	水果
4	三	小米飯	帝豆燒百頁	番茄炒蛋	青翠時蔬	山藥皮絲湯	水果
5	四	麵食	義大利肉醬麵	醬烤雞腿	有機蔬菜	南瓜濃湯	水果
6	五	漢堡	卡啦雞排	水煮玉米	有機蔬菜	珍珠奶茶	水果
9	一	紫米飯	醬爆雞丁	木須肉	碧綠蔬菜	菇菇湯	水果
10	二	糙米飯	泡菜燒肉	花菜肉片	當季青菜	一品冬瓜湯	水果
11	三	蔬菜蛋花粥	醬燒豆包	芝麻包	青翠時蔬	粥食	水果
12	四	小米飯	香酥雞	咖哩鴿蛋	有機蔬菜	海芽味噌湯	水果
13	五	糙米飯	蒜香豬排	大瓜海鮮片	有機蔬菜	青菜豆腐湯	水果
16	一	小米飯	粉蒸肉	白菜滷	碧綠蔬菜	海芽蛋花湯	水果
17	二	糙米飯	三杯雞	豆干炒肉絲	當季青菜	金菇肉絲湯	水果
18	三	五穀飯	蘿蔔燒肉	紅蓼炒蛋	青翠時蔬	翡翠吻魚湯	水果
19	四	糙米飯	椒鹽魚	鮮瓜什錦	有機蔬菜	和風味噌湯	水果
20	五	香椿素肉燥麵	清蒸豆腐	飄香滷蛋	有機蔬菜	花生湯圓	水果
23	一	紫米飯	打拋豬肉	鮮菇豆腐煲	碧綠蔬菜	金菇肉絲湯	水果
24	二	飯食	夏威夷炒飯	清蒸里肌肉排	當季青菜	青菜蛋花湯	水果
25	三	糙米飯	蘿勒烤雞	什錦百燴	青翠時蔬	冬瓜排骨湯	水果
26	四	地瓜飯	醬汁豆干/蒜香毛豆仁	日式蒸蛋	有機蔬菜	藥膳湯	水果
27	五	糙米飯	蒙古燒肉	滷雙色	有機蔬菜	玉米蛋花湯	水果
30	一	小米飯	番茄豬腩煲	玉米四色	碧綠蔬菜	香菇雞湯	水果
31	二	糙米飯	香滷雞排	沙茶鮮蔬	當季青菜	黃金豆漿	水果



備註
蔬食日
夾子
夾子
蔬食日. 夾子
夾子
夾子
蔬食日
夾子
夾子
蔬食日