



臺中市西區大勇國民小學109年1月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副食一	副食二	湯	水果	備註
2	四	小米飯	香酥魚	咖哩丸子	有機蔬菜	青菜什錦湯	水果	夾子
3	五	糙米飯	壽喜肉片	南瓜炒蛋	有機蔬菜	結頭菜排骨湯	水果	
6	一	小米飯	日式親子丼	客家小炒	青翠時蔬	茶壺湯	水果	
7	二	糙米飯	香酥炸雞	馬鈴薯肉末	碧綠蔬菜	金茸蔬菜湯	水果	夾子
8	三	麵食	義大利肉醬麵	美味福州丸	碧綠蔬菜	鮮蔬蛋花湯	水果	
9	四	地瓜飯	佛跳牆	焗烤鮮蔬	有機蔬菜	和風味噌湯	水果	蔬食日
10	五	糙米飯	韓式燒肉	鮮菇蒸蛋	有機蔬菜	冬瓜玉穗湯	水果	
13	一	小米飯	日式咖哩雞	海絲雙色	有機蔬菜	菌菇肉絲湯	水果	
14	二	糙米飯	椒鹽鮮魚	鮮蔬燴炒	碧綠蔬菜	酸辣湯	水果	夾子
15	三	素火腿炒飯	香滷貢丸	玉米炒蛋	當季青菜	紅豆紫米湯	水果	蔬食日
16	四	紫米飯	清蒸大排	沙茶豆腐煲	有機蔬菜	海菜蘿蔔湯	水果	夾子
17	五	糙米飯	薑母鴨	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	冬菜粉絲湯	水果	
20	一	糙米飯	醬烤雞腿	蘿蔔羹	有機蔬菜	油腐粉絲湯	水果	夾子

