

高雄市茂林區多納國小、多納國小附設幼兒園

校長：宋麒麟

114 年 02 月份午餐食譜

供餐人數：72人

供餐日數：13日

日期	星期	主食	主菜	副菜一	蔬菜	湯品	附餐	熱量
02/11	二	白飯3	◎高昇排骨	洋蔥燒雞	芹香高麗菜	如意香菇鍋	蓮霧	737
02/12	三	◎三色蛋炒飯	◎咖哩洋芋2			雙色甜湯	柳丁/豆漿	701
02/13	四	白飯3	馬鈴薯燉肉	◎玉米雞丁	蒜香菠菜	筍片湯	菓子	744
02/14	五	小米飯	冬瓜燒雞	▲灑香黃瓜	炒莧菜	▲海芽湯	全脂鮮奶	758
02/17	一	白飯3	◎油豆腐肉燥	★韭菜黑輪	炒青花菜	牛蒡湯	AB優酪乳(200cc)	940
02/18	二	紅藜飯3	炸去骨雞腿排	◎紅蘿蔔炒蛋	枸杞青江菜	▲紫菜蔥花湯	芭樂	669
02/19	三	★▲浮水魚羹麵	薑滷雞丁			玉米蘿蔔湯	極柑/豆漿	623
02/20	四	▲芝麻飯3	★糖醋旗魚丁	三蔬肉絲	炒油菜	南瓜馬鈴薯濃湯	小番茄	654
02/21	五	白飯3	芋頭燒肉	青椒炒雞肉絲	川燙萵苣	冬瓜湯	全脂鮮奶	782
02/24	一	白飯3	滷翅小腿	◎豆芽銀絲	彩椒玉米筍	◎豆腐味噌湯	AB優酪乳(200cc)	889
02/25	二	芋頭香飯3	紅燒豬肉1	◎毛豆炒蛋	炒絲瓜	▲金針菇筍絲湯	蓮霧	699
02/26	三	◎咖哩燴飯	炸雞翅			紅豆芋圓湯	菓子/豆漿	716
02/27	四	▲芝麻飯3	★蒸魚	▲蒜味香腸	炒空心菜	蘿蔔湯	柳丁	699

每日菜單食材內容及照片，可至校園食材登錄平台查詢。若貴家長經查詢後，有對其食材過敏，請告知其子弟，請避免食用！

https://fatracesschool.k12ea.gov.tw/frontend/search.html?county=34&area=131620&school_type=2&school=64736888

本月過敏源標註：

1. (豬)：該菜色含豬肉食材

2. (魚)：該菜色含海鮮食材

3. (蝦)：該菜色含海鮮甲殼類食材

4. 國產肉品聲明：本校午餐供應國產豬肉。

5. 本校午餐部分食材，含有衛生福利部公告之11種以上過敏原，不適合對其過敏體質者食用。

宣導標語：

吃飯不拚快，營養滿滿來；未細嚼慢嚥，難增肌長高。

營養午餐包含水果以及乳品，請在位置上耐心用完，才可離開。

核章處：

教師兼任 邱嘉音

營養師 杜鴻明 代

高雄市茂林區代理 宋麒麟

希望這學期讓您

吃的健康又開心

