

高雄市茂林區多納國小
114 年 04 月份午餐食譜

校長：宋麒麟

供餐人數：73人

供餐日數：20日

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附餐	熱量
04/01	二	白飯3	高昇醬汁排骨	玉米雞茸		蒜炒莧菜	蘿蔔湯	芭樂	693
04/02	三	香菇雞湯麵		★▲醬燒甜不辣			筍片湯	蓮霧/履歷豆漿	582
04/07	一	小米飯	◎車輪燒雞	★絲瓜炒蝦仁		紅仁綠花椰	海芽湯	保久乳	630
04/08	二	白飯3	◎油豆腐肉燥	◎番茄炒蛋		蒜香菠菜	★魚丸湯	鳳梨	788
04/09	三	◎三色蛋炒飯	滷雞腿				冬瓜粉圓	桶柑/AB優酪乳	871
04/10	四	白飯3	★蒸魚	▲灑香黃瓜		紅絲豆芽	牛蒡湯	小番茄	775
04/11	五	紅藜飯3	★沙茶豬肉片	▲鳳梨雞球		蒜香青江菜	▲紫菜蔥花湯	全脂鮮奶	819
04/14	一	芋頭香飯3	香菇雞	彩椒肉絲		蒜香高麗菜	南瓜馬鈴薯濃湯	保久乳	744
04/15	二	地瓜飯3	◎咖哩洋芋	◎玉米炒蛋		燙地瓜葉	黃瓜湯	奇異果	780
04/16	三	★▲浮水魚羹麵	炸雞翅				番薯圓綠豆甜湯	洋香瓜/AB優酪乳	883
04/17	四	白飯3	▲梅干扣肉	◎▲菜圃蛋			★◎紫菜吻仔魚豆腐湯	芭樂	661
04/18	五	全校戶外教學(歌謠比賽)							
04/21	一	▲芝麻飯3	肉骨茶雞	◎鐵板豆腐		玉筍花椰	蘿蔔玉米湯	保久乳	701
04/22	二	白飯3	★紅燒旗魚丁	螞蟻上樹		川燙萵苣	◎肉骨茶湯	桶柑	765
04/23	三	◎咖哩燴飯	照燒翅小腿				◎味噌湯	木瓜/AB優酪乳	747
04/24	四	白飯3	芋頭燒肉	★◎吻仔魚煎蛋		薑絲大陸妹	香菇雞湯	小番茄	802
04/25	五	南瓜飯	▲宮保雞丁	★雞絲拌銀芽		蒜香油菜	▲青菜餛飩湯	全脂鮮奶	782
04/28	一	紫米飯3	沙茶什錦	◎素螞蟻上樹		青蔥扁蒲	◎南瓜玉米濃湯	保久乳	869
04/29	二	白飯3	★和風壽喜燒	西芹雞丁		蒜香空心菜	絲瓜湯	香蕉	702
04/30	三	義大利肉醬麵(雞)		◎奶皇包			紅豆地瓜湯	蘋果/AB優酪乳	798

- 本校午餐使用之蛋及肉品(含魚類等海鮮產品)皆採用國產在地可溯源食材。
- 蔬果優先採用國產、當季食材;水果實際供應以廠商果農現貨提供為主。
- 本校供應食材如遇天災或廠商貨源短缺等特殊原因,得調整供餐內容;
欲查詢當日菜色請至「教育部校園食材登錄平台2.0」網頁: <https://fatracesschool.kl2ea.gov.tw/frontend/>。
- 本菜單含有過敏原食材,對其過敏及不適合體質者,請小心食用!依據衛福部公告11種含有過敏性食品及製品,本菜單分別標示如下:
含魚、蝦、甲殼類等海鮮類食物以「★」標示
含蛋、奶、豆類、芒果等食物以「◎」標示
含花生、堅果、芝麻、麩質穀物、亞硫酸鹽類食物以「▲」標示
- 飲料(如:鮮奶、優酪乳等)請務必於30分鐘內飲用完畢,避免變質,造成身體不適!

午餐執行秘書:

教師兼任 邱嘉音
午餐執行秘書

處室主任:

教師兼任 林威亞
學務主任

校長:

高雄市茂林區多納國民小學
校長 宋麒麟

