

金門縣烈嶼鄉中央廚房午餐群組
(烈嶼國中、卓環國小、上岐國小)

112年3月午餐菜單 ◎皆使用國產豬肉

日期	星期	午主食	午主菜	午副菜	午青菜	午湯	附餐
3月1日	三	肉絲鮮蔬拉麵+炸豬排					銅鑼燒
3月2日	四	糙米飯	糖醋雞丁	腐皮豆芽	田園時蔬	海帶豬骨湯	水果
3月3日	五	糙米飯	竹筍燒肉	蛋香豆薯	田園時蔬	冬瓜魚丸湯	水果
3月6日	一	糙米飯	馬鈴薯燉肉	栗子燒白菜	田園時蔬	番茄蛋花湯	高鈣牛乳
3月7日	二	糙米飯	南瓜燒雞	客家小炒	田園時蔬	結頭菜湯	水果
3月8日	三	蝦仁炒飯+三杯雞腿					桂圓銀耳湯 水果
3月9日	四	糙米飯	椒鹽魚排	茄汁豆腐	田園時蔬	味噌蘿蔔湯	水果
3月10日	五	糙米飯	照燒腿排	螞蟻上樹	田園時蔬	麻油雞湯	水果
3月13日	一	糙米飯	咖哩雞	彩繪百頁	田園時蔬	蛤蜊冬瓜湯	黃豆漿
3月14日	二	糙米飯	塔香肉片	海帶三絲	田園時蔬	花豆薏米湯	水果
3月15日	三	鮮蔬香腸炒飯+茶葉蛋					關東煮湯 水果
3月16日	四	糙米飯	滷雞腿	開陽白菜	田園時蔬	玉米排骨湯	水果
3月17日	五	糙米飯	黑胡椒豬排	雙色花菜	田園時蔬	海芽小魚湯	水果
3月20日	一	糙米飯	蔥燒雞翅	白玉麵輪燒	田園時蔬	針菇白菜湯	黑芝麻牛乳
3月21日	二	糙米飯	蒜泥白肉	海結滷豆干	田園時蔬	筍片雞湯	水果
3月22日	三	鮮蔬炸醬麵+香酥雞排					酸辣湯 水果
3月23日	四	糙米飯	海鮮豆腐煲	紅蘿蔔炒蛋	田園時蔬	薏仁排骨湯	水果
3月24日	五	糙米飯	咖哩豬	三杯麵腸	田園時蔬	芹香貢丸湯	水果
3月25日	六	糙米飯	蜜汁腿排	什錦炒冬粉	田園時蔬	珍珠鮮奶茶	水果
3月27日	一	糙米飯	蒲燒鯛魚	蜜汁豆干	田園時蔬	蔬菜南瓜湯	薏仁糙米漿
3月28日	二	糙米飯	紅燒排骨	白菜滷	田園時蔬	味噌海芽湯	水果
3月29日	三	玉米蛋炒飯+烤肉醬雞腿					紅豆湯圓 水果
3月30日	四	糙米飯	麵輪燒肉	培根高麗菜	田園時蔬	玉米濃湯	水果
3月31日	五	糙米飯	五香腿排	椒香豆腐	田園時蔬	香菇蘿蔔湯	水果