

金門縣烈嶼鄉中央廚房午餐群

烈嶼國中、卓環國小、上岐國小



113年3月午餐菜單

◎皆使用國產豬肉

*有含海鮮

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐
3月1日	五	糙米飯	宮保雞丁	三杯鮮香菇	田園時蔬	金針菇海芽湯	水果
3月4日	一	白米飯	塔香肉片	洋蔥炒蛋	田園時蔬	仙草粉圓湯	葡萄乾
3月5日	二	地瓜飯	檸檬雞柳條	米血炒扣肉	田園時蔬	玉米排骨湯	豆漿
3月6日	三	*蝦仁肉絲蛋炒飯				宴菜湯	
3月7日	四	糙米飯	糖醋排骨	馬鈴薯炒培根	田園時蔬	冬瓜魚丸湯	水果
3月8日	五	糙米飯	香滷雞翅	高麗菜炒蛋	田園時蔬	味噌豆腐湯	水果
3月11日	一	白米飯	蒜泥白肉	大黃瓜炒甜不辣	田園時蔬	蕃茄豆腐湯	草莓優酪乳
3月12日	二	地瓜飯	蔥爆肉絲	照燒豆腐	田園時蔬	冬瓜粉圓	杏仁小魚乾
3月13日	三	*茄汁蝦仁義大利麵				玉米濃湯	奶酪
3月14日	四	糙米飯	蘑菇肉片	起司馬鈴薯炒蛋	田園時蔬	味噌芽菜湯	水果
3月15日	五	糙米飯	里肌豬排	麻婆豆腐	田園時蔬	筍片雞湯	水果
3月18日	一	白米飯	沙茶肉片	玉米絞肉	田園時蔬	馬鈴薯大骨湯	玉米脆片奶酪
3月19日	二	地瓜飯	黑胡椒豬柳	海結滷豆干	田園時蔬	柴魚味噌湯	草莓牛奶
3月20日	三	蘑菇鐵板麵			*炸花枝丸雞塊(1丸2雞)		珍珠鮮奶茶
3月21日	四	糙米飯	*椒鹽魚丁	日式關東煮	田園時蔬	黃芽大骨湯	水果
3月22日	五	糙米飯	京醬肉絲	螞蟻上樹	田園時蔬	海芽豆腐湯	水果
3月25日	一	白米飯	泡菜燒肉	蜜汁豆干	田園時蔬	蘿蔔排骨湯	原味優酪乳
3月26日	二	地瓜飯	*酥炸魷魚圈	韓式炒年糕	田園時蔬	黃瓜魚丸湯	高鈣牛奶
3月27日	三	肉羹湯麵				香滷雞翅	水果
3月28日	四	糙米飯	咖哩雞丁	洋蔥炒杏鮑菇	田園時蔬	玉米濃湯	水果
3月29日	五	糙米飯	照燒肉片	三杯油豆腐	田園時蔬	黃芽大骨湯	水果

央廚有特殊請況調整權,依當日供應餐點為主