

卓環國小 111 年 4 月份營養午餐

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐
4/1	五	糙米飯	麻婆豆腐	辣炒年糕	田園時蔬	肉羹湯	水果
4/6	三	特餐	雞肉炒飯		田園時蔬	關東煮	水果
4/7	四	糙米飯	里肌排(新義興)	三層肉炒蘿蔔干	田園時蔬	紫菜蛋花湯	
4/8	五	糙米飯	黑胡椒肉柳	蔬菜野菇炒蛋	田園時蔬	蘿蔔大骨湯	水果
4/11	一	糙米飯	魚丁	素咖哩	田園時蔬	綜合芋圓湯	水果
4/12	二	糙米飯	滷肉豆干	肉絲炒馬鈴薯	田園時蔬	洋蔥菇菇雞湯	
4/13	三	特餐	什錦麵疙瘩				水果
4/14	四	糙米飯	蒜泥白肉	白菜魚羹	田園時蔬	金針花生腸子湯	
4/15	五	糙米飯	炸雞腿	蒜苗炒米血(少及切小塊)	田園時蔬	蔬菜湯	水果
4/18	一	糙米飯	沙茶油腐	蛋酥高麗菜	田園時蔬	桂圓紅棗木耳湯	水果
4/19	二	糙米飯	麻油雞丁	蔥爆肉絲	田園時蔬	涼薯蛋花湯	
4/20	三	特餐	炒烏龍麵			玉米濃湯	水果
4/21	四	糙米飯	馬鈴薯燉肉	皮蛋蒼蠅頭	田園時蔬	蘑菇赤肉湯	
4/22	五		校	外	教	學	
4/25	一	糙米飯	芋香三色	番茄炒蛋	田園時蔬	綠豆薏仁湯	水果
4/26	二	糙米飯	魚柳	雙花百頁	田園時蔬	榨菜肉絲湯	
4/27	三	特餐	芋頭粥		全麥葡萄乾饅頭		水果
4/28	四	糙米飯	咖哩雞	雙色花椰菜	田園時蔬	蘿蔔大骨湯	
4/29	五	糙米飯	回鍋肉片	螞蟻上樹	田園時蔬	蔥花蛋花湯	水果

* 星期一、三、五水果；每週限一次甜湯(且低糖)；每週最多限一次油炸，為響應節能減碳政策與健康要求每週一為(無肉日)，青菜魚肉雞鴨以時鮮為主。

冷凍食品蔬菜以CAS、四章一Q標示優良食品及時令盛產期之蔬菜水果為主。

*本校一律使用國產豬食材，*實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略微調整。