

台南市立新化國民中學 113 學年度 第2學期 18-21週 午餐食譜

校長：詹森雄

執行秘書：李育慈

菜單設計：顏郁菁

日期	星期	主食	主 菜	副 菜 一	副 菜 二	湯 類	備註
6月2日	星期一	米飯	燒烤雞翅	麻婆豆腐	薑絲有機 奶油白菜	芙蓉湯	豆乳
6月3日	星期二	米飯	照燒豬肋排	炒毛豆玉米	薑絲有機 荷葉白菜	金針菇味噌 豆腐湯	
6月4日	星期三	米飯	香酥魷魚	洋蔥炒蛋	蒜香高麗菜	紅豆湯圓	優酪乳
6月5日	星期四		義大利肉醬麵		轟炸雞腿	玉米濃湯	果汁
6月6日	星期五	米飯	花椒雞球	花生麵筋	白菜滷	鮮筍排骨湯	乳品
6月9日	星期一	米飯	蔥油雞	肉絲炒豆干	炒絲瓜	小米蛋花湯	乳品
6月10日	星期二	米飯	迷迭香 紅酒燉肉	奶油玉米	湖喜菇炒油菜	大白菜 豆腐湯	甜品
6月11日	星期三	米飯	酸菜魚	炸蘿蔔糕	薑絲有機 黑葉白菜	冬瓜檸檬茶	
6月12日	星期四	米飯	泰式檸檬雞	花菜炒魷魚	蒜香高麗菜	南瓜蛋花湯	優酪乳
6月13日	星期五	米飯	蒜泥肉片	翡翠羹	薑絲有機 蚵白菜	羅宋湯	
6月16日	星期一	米飯	韓式泡菜 炒肉片	蒸蛋	薑絲有機 黑葉白菜	味噌湯	
6月17日	星期二	米飯	腐乳悶雞	黑木耳滷豆干	蒜香有機油菜	雞絲麵線湯	乳品
6月18日	星期三	米飯	乾燒蝦球	香腸炒蛋	蒜香高麗菜	黑糖波霸	
6月19日	星期四	米飯	特調咖哩豬	椒鹽百頁豆腐	豆皮炒白菜	韓式年糕湯	乳品
6月20日	星期五	米飯	瓜仔燉雞	黑胡椒毛豆莢	蒜香綠花菜	蘿蔔香菇湯	果汁
6月23日	星期一	米飯	蒜頭鹽酒雞	榨菜三絲	薑絲有機 奶油白菜炒菇	關東煮	甜品
6月24日	星期二	米飯	酥炸土魷魚	紅蘿蔔炒蛋	蒜香高麗菜	冬瓜粉圓	

備註：

一、對於營養午餐有任何寶貴建議，煩請至學務處(午餐秘書)反應。

二、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，菜單已預先上傳至教育部校園食材登錄平臺，請師生家長多加利用。

三、本校營養午餐一律採用國產豬肉及其製品。

四、如遇特殊情形(颱風、退貨、物價)將調整菜單。

五、當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準。

六、祝全校師生用餐愉快。

日期	星 期	主 食	主 菜	副 菜 一	副 菜 二	湯 類	備 註
6月25日	星期三	米飯	匈牙利紅椒 豬柳丁	蝦仁 素魚翅羹	薑絲有機 荷葉白菜	紫菜湯	乳品
6月26日	星期四	米飯	鹽水雞	滷蜜汁豆干	蒜香白花菜	海帶芽 味噌湯	果汁
6月27日	星期五		味噌烏龍麵+鍋貼2個				優酪乳
6月30日	星期一	快樂餐盒+果汁					休業式

