

高雄市桃源區桃源國小
114 年 05 月份午餐食譜

校長：涂宗成

供餐人數：203人

供餐日數：20日

日期	星期	主食	主菜	副菜一	蔬菜	湯品	附餐	熱量	
5/1	四	*糙米飯	*麻婆豆腐	*黃瓜豆包	豆芽油菜	紅豆湯	茂谷柑	707	
5/5	一	*燕麥飯	風味打拋肉	燻雞青花菜	香菇高麗菜	扁蒲龍骨湯	*蔓越莓手工饅頭	644	
5/6	二	小米飯	*古早味大排	玉米雞茸	豆芽青江菜	*白玉魚丸湯	截切芭樂	633	
5/7	三	*五穀飯	*塔香香菇	*素火腿馬鈴薯炒蛋	炒空心菜	*筍絲冬粉湯	*鮮奶(200ml)	664	
5/8	四	紫米飯	*蘑菇醬燒雞	*白菜滷	炒白莧菜	*椰果奶茶	香吉士	761	
5/9	五	*沙茶麵疙瘩		*香滷雞翅	鮮菇炒油菜	黃瓜排骨湯	*乳酪麵包	595	
5/12	一	*五穀飯	*筍乾燒肉	*蒲瓜百菇豆皮	彩椒青江菜	如意排骨湯	*紅豆包	651	
5/13	二	*糙米飯	*洋蔥骰子肉	*鮮蔬粉絲	木耳小白菜	冬瓜排骨湯	西瓜	540	
5/14	三	*燕麥飯	*南洋蔬食咖哩	翠炒四季豆	豆芽油菜	*蔬菜關東煮	*豆漿	595	
5/15	四	紫米飯	*三杯鬼頭刀	西芹雞柳	炒地瓜葉	綠豆粉角湯	香蕉	703	
5/16	五	*刀削麵炸醬麵				絲瓜燴雙蔬	梅子雞湯	*餐包	622
5/19	一	*糙米飯	*豆腐蒲燒鯛魚排	鴨片炒高麗菜	鮮菇花椰菜	豆薯排骨湯	*五穀饅頭	706	
5/20	二	*燕麥飯	*白玉黃豆燉肉	彩椒炒豆芽	枸杞青江菜	牛蒡排骨湯	木瓜	563	
5/21	三	小米飯	*蜜汁豆干	*青蔥炒蛋	蒜香空心菜	*豆腐鮮味湯	*鮮奶(200ml)	599	
5/22	四	*五穀飯	*韓式春川炒雞	*宮廷醬炒四季豆	紅絲油菜	冬瓜山粉圓	奇異果	689	
5/23	五	*金瓜炒米粉		*檸檬雞柳條	蒜香青江菜	白胡椒燒雞湯	*韓國麵包	689	
5/26	一	*糙米飯	*花瓜燒雞	*番茄蔬菜蛋	蒜香豇豆	酸菜湯	*奶皇包	707	
5/27	二	紫米飯	*南瓜燉肉	豆芽雞絲	蒜香福山萵苣	桂竹筍雞湯	鳳梨肉	672	
5/28	三	*五穀飯	*時蔬豆包	玉米三色	蒜香空心菜	*味噌蔬菜湯	*優格	620	
5/29	四	*奶香義大利麵		*鹹酥雞	玉筍青花椰	綠豆小米湯	蘋果	655	

備註：

- 本校午餐提供之豬肉、蛋品、蔬菜來源皆為國產可溯源食材，請安心食用。
- 本校午餐提供之豆製品皆為非基因改造。
- 午餐乳品或飲品請於30分鐘內食用完畢以確保品質安全
- 本月蔬食日：5/7、5/14、5/21、5/28。
- 5/02 國小布農歲時祭儀不供餐。
- 5/13 國小戶外教學活動停餐。
- 菜單可能因應天氣變化、臨時狀況因素(如颱風、停水、停電)變更食譜，不便之處敬請見諒！
- 用餐時如有異常情況，請立即向廚房反應並保留檢體，以利廚房追蹤及改進。
- 『*』標記表示部分食材含有衛福部公告11種過敏原(甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品含有致過敏性食品及其製品)。倘若有特殊過敏體質學童，請至「教育部校園食材登錄平台」查詢相關食材資訊，並避免食用。



教育部校園食材登錄平臺