

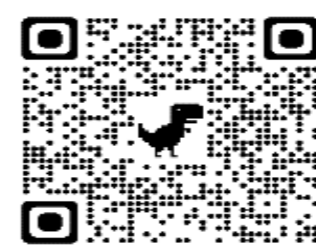
高雄市桃源區桃源國小
114 年 12 月份午餐食譜

供餐日數：22 供餐人數：202

日期	星期	主食	主菜	副菜一	蔬菜	湯品	附餐	
12/01	一	*糙米飯	香菇肉燥	肉絲炒菜豆	*奶油花椰菜	*白菜蛋花湯	海苔	
12/02	二	*麥片飯	*回鍋肉	*酸菜炒豆皮	*胡麻菠菜	豆薯雞湯	洋香瓜	
12/03	三	*滷米苔目	炸豬排			*蘿蔔貢丸湯	*萬丹鮮乳	
12/04	四	小米飯	*豆酥魚	塔香海茸肉絲	薑絲青江菜	冬瓜雞湯	極柑	
12/05	五	紅藜飯	*梅筍燉豆腐	*玉米蒸蛋	炒油菜	*芋頭西米露	*餐包	
12/08	一	*薏仁飯	咖哩雞茸	*白菜燒皮絲	*培根炒花椰菜	冬菜鴨肉湯	*燕麥紅豆包	
12/09	二	*糙米飯	茄子肉燥	*客家封菜	蒜香油菜	*餛飩湯	香吉士	
12/10	三	*味噌拉麵		*海苔魷魚丸燒	*紅豆鯛魚燒		*保久乳	
12/11	四	*五穀飯	*三杯雞	*大瓜黑輪片	南瓜絲炒豆芽菜	四神湯	洋香瓜	
12/12	五	紫米飯	*胡蘿蔔炒蛋	*豉汁豆腐	炒青江菜	綠豆薏仁湯	*小鬆餅	
12/15	一	*燕麥飯	*打拋肉	*雞絲銀芽	枸杞菠菜	牛蒡龍骨湯	*鮮奶乳酪捲	
12/16	二	小米飯	番茄洋芋燉肉	雞絲炒彩蔬	油菜	冬瓜雞湯	香蕉	
12/17	三	*皮蛋瘦肉粥	*蒸肉圓	*鮭魚鬆			*萬丹鮮奶	
12/18	四	*糙米飯	*麻油雞	小黃瓜炒肉絲	炒空心菜	*海芽味噌湯	蘋果	
12/19	五	*五穀飯	*三杯百頁	*木須炒蛋	金針青江菜		*豆漿	
12/22	一	*糙米飯	五香翅小腿	*鍋貼	香菇青花椰	蘿蔔排骨湯	*芝麻包	
12/23	二	*麥片飯	薑母鴨	*回鍋干片	枸杞菠菜	*巧達濃湯	奇異果	
12/24	三	*鍋燒烏龍麵	*炸雞腿	*戚風蛋糕			*保久乳	
12/26	五	紅藜飯	*栗子豆包	*洋蔥炒蛋	*炒黃豆芽	紫米薏仁甜湯	*銅鑼燒	
12/29	一	*糙米飯	*油腐燒肉	*醬燒甜不辣	蒜香青江菜	香菇雞湯	*紅豆包	
12/30	二	*五穀飯	*韓式燒雞	*五福毛豆乾丁	蒜味油菜	*味噌豆枝湯	蓮霧	
12/31	三	日式咖哩雞排飯					*日式關東煮湯	*綜合莓優格

備註：

1. 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。
2. 本校午餐提供之豆製品皆為非基因改造。
3. 午餐乳品或飲品請於30分鐘內食用完畢以確保品質安全。
4. 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！
5. 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。
6. 標示『*』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