

高雄市桃源區桃源國小
115 年 2、3 月份午餐食譜

供餐人數：209 人

供餐日數：26 天

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐
2/23	一	紅藜飯	*醬燒大排	南瓜燒肉末	芹香高麗菜	*和風關東煮	*甘栗
2/24	二	*糙米飯	*紅燒雞腿	*番茄炒蛋	蒜香油菜	牛蒡排骨湯	菓子
2/25	三	小米飯	*照燒肉片	*銀絲卷	雙炒花椰	安定神粥	*鮮奶
2/26	四	*五穀飯	*地中海風味雞	*三色玉米蛋	木耳青江菜	*海芽豆腐湯	水果
3/2	一	*五穀飯	*蔥爆豬肉絲	*芹香干片	*XO醬高麗菜	蘿蔔龍骨湯	*芋頭包
3/3	二	*糙米飯	*宮保雞丁	田園肉末	蒜香菠菜	海芽豆芽龍骨湯	小番茄
3/4	三	*金瓜炒米粉		*竹筍包	*油菜炒豆皮	牛蒡雞湯	*保久乳
3/5	四	紫米飯	*糖醋魚丁	白菜雞絲	炒地瓜葉	筍片龍骨湯	桶柑
3/6	五	*燕麥飯	*咖哩豆腐	*紅蘿蔔炒蛋	蒜香青江菜	綠豆粉角湯	*豆漿
3/9	一	小米飯	滷雞腿排	*小魚豆干片	豆芽油菜	冬瓜雞湯	*起司包
3/10	二	*糙米飯	紅豆番茄紅蘿蔔肉醬	*高麗菜蛋燒	炒空心菜	黃瓜龍骨湯	香蕉
3/11	三	*麻油雞麵線		*香Q滷蛋	豆芽青江菜	冰烤地瓜	*鮮奶
3/12	四	紫米飯	咖哩豬肉	*小瓜黑輪	蒜香油菜	*海帶芽味噌湯	奇異果
3/13	五	*五穀飯	*鵝鴨滷油腐	*紅藜毛豆	薑絲小白菜	冬瓜山粉圓	*銅鑼燒
3/16	一	*燕麥飯	迷迭香燉雞	*蒸肉丸	金針絲瓜	*小魚味噌湯	*綜合堅果
3/17	二	*五穀飯	照燒洋蔥肉片	*海帶干絲	蒜香空心菜	如意排骨湯	柳丁
3/18	三	小米雞絲飯		*筍干油腐	玉筍青花椰	*紫菜蛋花湯	*優格
3/19	四	*糙米飯	*香菇肉燥	豆芽雞絲	蒜香青江菜	蘿蔔排骨湯	茂谷柑
3/20	五	*蔬食炒麵		*南瓜蒸蛋	蒜香油菜	*燒仙草	*餐包
3/23	一	*五穀飯	*腿骨燒白菜	*焗烤青花椰	蒜香高麗菜	*絲瓜豆腐湯	*芝麻包
3/24	二	*糙米飯	*豬肉壽喜燒	清炒蒲瓜	炒空心菜	香菇雞湯	香蕉
3/25	三	*茄汁豬肉烏龍麵		*鍋貼	金菇青江菜		*鮮奶
3/26	四	紫米飯	*腐乳燒雞	大黃瓜炒菇	炒白莧菜	四神湯	蘋果
3/27	五	小米飯	*日式燉豆包	*金沙四季豆	清炒萵苣	桂圓紅豆湯	*馬拉糕
3/30	一	*五穀飯	什錦肉絲	*菇菇燴豆腐	蒜香油菜	*蘿蔔貢丸湯	海苔
3/31	二	*糙米飯	*味噌馬鈴薯燉雞	*蒼蠅頭	炒青江菜	冬瓜龍骨湯	蘋果

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。
- 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