

庠懋 食品企業社

屏東縣麟洛鄉麟洛國小、屏東縣麟洛鄉麟洛國中 113年10月營養午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	註
10月1日	週二	白米飯	沙茶豬柳(炒)	紅蔘炒蛋(炒)	季節時蔬	紫菜蛋花湯	
10月2日	週三	糙米飯	三杯雞(炒)	肉片關東煮(煮)	季節時蔬	筍絲排骨湯	水果
10月3日	週四	薑黃炒飯	叻沙肉片(炒)	香根福州丸(煮)*1	有機蔬菜	海結肉絲湯	
10月4日	週五	麥片飯	香酥雞翅(炸)*1	蔥燒豆腐(燴)	季節時蔬	玉米雪片湯	
10月7日	週一	燕麥飯	茄汁雞丁(炒)	螞蟻上樹(炒)	季節時蔬	蔬菜味噌湯	
10月8日	週二	沙茶炒飯	冰糖滷豬腳(滷)	香酥麥克雞塊(炸)*2	季節時蔬	蘿蔔排骨湯	
10月9日	週三	糙米飯	脆瓜醬煮雞(煮)	木須蔬菜炒蛋(炒)	季節時蔬	東白雪片湯	水果
10月10日	週四						
10月11日	週五	白米飯	蒜香肉片(炒)	肉末玉米(炒)	有機蔬菜	綠豆湯	
10月14日	週一	燕麥飯	香酥翅小腿(炸)*2	香菇肉羹(煮)	季節時蔬	香根玉米湯	
10月15日	週二	白米飯	味噌豬柳(炒)	淡水什錦油腐(炒)	季節時蔬	田園蔬菜湯	
10月16日	週三	古早味油飯	干丁肉燥(滷)	日式柴魚炒蛋(炒)	季節時蔬	蘿蔔肉絲湯	水果
10月17日	週四	薏仁飯	蔥燒魚丁(燒)	地瓜雙薯(炸)	有機蔬菜	薑絲海芽湯	豆奶
10月18日	週五	白米飯	咖哩排肉丁(燴)	客家小炒(炒)	季節時蔬	鮮筍肉片湯	
10月21日	週一	燕麥飯	滷香腿仁排(滷)*1	上海炒年糕(炒)	季節時蔬	丁香東白蛋花湯	
10月22日	週二	蠔油炒飯	日式薑汁肉片(炒)	甜香芋泥包(蒸)*1	季節時蔬	香根蘿蔔湯	牛奶
10月23日	週三	白米飯	香酥雞丁(炸)	沙茶粉絲(炒)	季節時蔬	蔬菜什錦湯	水果
10月24日	週四	薏仁飯	醬蜜煮排骨(煮)	和風鍋物(煮)	有機蔬菜	芋頭西米露	
10月25日	週五	白米飯	塔香爆炒雞丁(炒)	茄汁炒蛋(炒)	季節時蔬	玉米香菇湯	
10月28日	週一	白米飯	蔥爆肉片(炒)	馬鈴薯香酥百頁(炸)	季節時蔬	高麗菜肉絲湯	
10月29日	週二	胚芽飯	咖哩雞(燴)	滷香干丁(滷)	季節時蔬	藥膳排骨湯	
10月30日	週三	白米飯	筍干扣肉(滷)	玉米滑蛋(炒)	季節時蔬	粉絲肉絲湯	水果
10月31日	週四	麻油炒飯	京醬雞柳(炒)	肉片壽喜燒(煮)	有機蔬菜	薑絲紫菜湯	

【庠懋食品企業社】

服務專線：(08)7223875、(08)7223281

※本廠使用肉類及其製品產地皆為台灣

營養師：陳育煌

午餐秘書：

午餐秘書：林汶彥

主任：

主任：宋莉瑛

校長

麟洛國中校長 郭瓊揚