



食品企業社

屏東縣麟洛鄉麟洛國小、麟洛國民中學 115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	四	糙米飯	蔥爆雞丁(炒)	白菜滷(滷)	鮮炒時蔬	海芽豆腐湯	
10月2日	五	白飯	五香肉燥(滷)	芹香三絲(炒)	有機蔬菜	玉米排骨湯	
10月5日	一	白飯	麻油肉片(炒)	蔥燒豆腐(煮)	鮮炒時蔬	冬瓜丸片湯	
10月6日	二	糙米飯	蜜汁翅小腿(滷)	螞蟻上樹(炒)	鮮炒時蔬	味噌湯	水果
10月7日	三	白飯	沙茶雞肉燴飯(燴)	豆沙包(蒸)	鮮炒時蔬	蘿蔔湯	牛奶
10月8日	四	紫米飯	蔥燒魚丁(煮)	關東煮(煮)	有機蔬菜	蔬菜粉絲湯	
10月9日	五	國慶補假					
10月12日	一	白飯	筍干控肉(滷)	玉米三色(炒)	鮮炒時蔬	蔬菜羹湯	
10月13日	二	糙米飯	三杯雞(炒)	茄汁東白油腐(煮)	鮮炒時蔬	白玉雞湯	水果
10月14日	三	白飯	咖哩蔬菜燴飯(燴)	香酥雞堡(炸)	鮮炒時蔬	香菇蔬菜湯	牛奶
10月15日	四	小米飯	照燒雞丁(炒)	醬香蒸蛋(蒸)	鮮炒時蔬	東白雪片湯	
10月16日	五	白飯	榨菜肉片(炒)	海絲干片(炒)	有機蔬菜	綠豆粉圓湯	
10月19日	一	白飯	蔥爆肉絲(炒)	肉片炒高麗(炒)	鮮炒時蔬	海芽豆腐湯	豆奶
10月20日	二	糙米飯	南瓜燒雞(燒)	沙茶油腐(煮)	鮮炒時蔬	冬瓜排骨湯	水果
10月21日	三	麵食	肉絲羹麵(煮)	芝麻包(蒸)	鮮炒時蔬		牛奶
10月22日	四	紫米飯	鹹酥雞(炸)	紅蔘炒蛋(炒)	鮮炒時蔬	蔬菜排骨湯	
10月23日	五	白飯	蘿蔔燉肉(滷)	蔬菜粉絲(炒)	有機蔬菜	芋頭西米露	
10月26日	一	光復節					
10月27日	二	糙米飯	甘味脆瓜燒雞(煮)	肉末玉米(炒)	鮮炒時蔬	筍絲排骨湯	水果
10月28日	三	白飯	什錦飯湯(煮)	麥克雞塊(炸)	鮮炒時蔬		牛奶
10月29日	四	小米飯	麻油雞(煮)	洋蔥炒蛋(炒)	鮮炒時蔬	蔬菜豆腐湯	
10月30日	五	白飯	茄汁豬柳(炒)	海帶油腐(煮)	有機蔬菜	蘿蔔湯	
【庠懋食品企業社】服務專線：(08)7223875、(08)7223281					食材原料原產地皆為台灣		

營養師：陳品如

午餐秘書：

主任：

校長：

★依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」於菜單標示注意易引起過敏的食物(如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、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)。