

東大附小112學年下學期 四月份午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯	全穀類 (份)	豆蛋魚 肉 (份)	蔬菜 (份)	油脂 堅果 (份)	熱量 (Kcal)
4月1日	一	地瓜飯	紅燒肉丁	螞蟥上樹	豆芽肉絲	季節時蔬		5	2.4	2.3	2.8	714
4月2日	二	什錦炒麵+滷雞翅+炒鮮菇+季節時蔬						3.3	2.5	1.3	2.8	577
4月3日	三	清明連假										
4月4日	四											
4月5日	五											
4月8日	一	五穀飯	醃醃滷肉	時蔬炒菇	黃瓜油腐	季節時蔬		5.2	2.6	2	3.5	767
4月9日	二	白米飯	糖醋雞	豆腐粉絲煲	筍片魚丸	季節時蔬		5.2	2.5	1.5	2.5	702
4月11日	四	香菇肉羹炒麵+茶葉蛋+開陽白菜+季節時蔬					大黃瓜排骨湯	5	2	1.4	2.7	657
4月12日	五	白米飯	椰香雞	蔬菜炒蛋	冬瓜肉絲	季節時蔬		5.2	2.4	1.7	2.8	665
4月15日	一	小米飯	酸菜肉末	什錦年糕	炸醬雙色	季節時蔬		5.4	2.6	1.7	2.6	681
4月16日	二	炒麵疙瘩+滷雞排+四色蓮香+季節時蔬						5.6	2.5	1.6	2.5	682
4月18日	四	燕麥飯	瓜仔肉燥	什錦豆包	蔬菜海帶絲	季節時蔬	紫菜蛋花湯	5.1	2.6	1.5	2.6	655
4月19日	五	白米飯	酥炸魚丁	蔥燒油豆腐	木須黃瓜	季節時蔬		5	2.4	1.8	3	662
4月22日	一	胚芽米飯	味噌肉片	客家小炒	洋蔥玉米蛋	季節時蔬		5.3	2.4	1.7	2.8	672
4月23日	二	白米飯	豆瓣魚丁	銀芽肉絲	時蔬炒菇	季節時蔬		5	2.5	1.5	3.5	683
4月25日	四	蔬菜烏龍麵+麥克雞塊+塔香茄子+季節時蔬					玉米濃湯	3.3	1.8	1.4	3	500
4月26日	五	白米飯	梅干菜滷肉	海茸肉絲	玉米肉末	季節時蔬		5.2	2.5	1	2.7	648
4月29日	一	地瓜飯	筍片雞	蔬菜滷味	義式肉醬	季節時蔬		5.2	2.4	1.4	2.8	657
4月30日	二	炒米苔目+滷雞翅+時蔬炒肉片+季節時蔬						3.5	2.5	1.7	2.6	542

※本餐廳所供應的豬肉均為國產豬，請各位安心食用！

※預計 4 / 30 供應豆乳

※本菜單豆乳供應日為預計時間,確切日期仍須配合廠商物流的配送,請見諒！