

麻豆國小中央廚房114年11月菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐
2025/11/3	一	白飯	親子丼	椒鹽四季豆	木耳高麗菜	羅宋湯	水果
2025/11/4	二	糙米飯	梅花控肉	小魚乾豆干	有機蔬菜	玉米濃湯	豆漿
2025/11/5	三	台式炒麵	蔥爆雞丁	大成麵包	台式炒麵料	紫菜蛋花湯	牛奶
2025/11/6	四	紫米飯	炸虱目魚排	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	薑絲蛤蜊湯	水果
2025/11/7	五	糙米飯	三杯雞	綜合滷味	蒜炒綠花椰	四神湯	水果
2025/11/10	一	白飯	泡菜燒肉	毛豆炒蛋	炒蚵白菜	芋頭西米露	水果
2025/11/11	二	糙米飯	滷雞腿	蒜香玉米筍	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	牛奶
2025/11/12	三	鍋燒意麵	糖醋鯛魚	大成麵包	炒大陸妹	鍋燒意麵湯	牛奶
2025/11/13	四	五穀飯	鹽麴雞肉燒	麻婆豆腐	有機蔬菜	香菇雞湯	水果
2025/11/14	五	白飯	孜然豬肉片	魚香炒蛋	炒青花菜	包心菜湯	水果
2025/11/17	一	糙米飯	咖哩雞	海帶黃豆芽	蒜炒芥藍菜	麻筍大骨湯	水果
2025/11/18	二	白飯	壽喜燒	甜椒小黃瓜	有機蔬菜	酸辣湯	豆漿
2025/11/19	三	芋頭鮪魚粥	海苔香鬆	茶葉蛋	蒜炒菜豆	鮪魚粥料	牛奶
2025/11/20	四	薑黃飯	茄汁骨腿丁	馬鈴薯時蔬	有機蔬菜	海菜豆芽湯	水果
2025/11/21	五	糙米飯	打拋豬	杏菇黑豆干	炒茼蒿	翡翠蛋花湯	水果
2025/11/24	一	白飯	栗子雞	起司玉米蛋	炒高麗菜	菇菇湯	水果
2025/11/25	二	糙米飯	蔥燒鱸魚	炸洋蔥圈	有機蔬菜	菱角蘿蔔湯	牛奶
2025/11/26	三	肉骨茶麵	金皇燒賣(2)	統一麵包	枸杞菠菜	肉骨茶麵湯	牛奶
2025/11/27	四	藜麥飯	滷排骨	紅燒油豆腐	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	水果
2025/11/28	五	糙米飯	安東雞	番茄炒蛋	腐皮豆芽	味噌湯	水果

一、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。

二、如遇特殊情形(颱風、退貨等)將調整菜單，當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準

