

麻豆國小中央廚房114年10月菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐
2025/10/1	三	鮮蔬玉米粥	鮪魚鬆	虱目魚丸燒	炒大白菜	玉米粥料	牛奶
2025/10/2	四	白飯	燻雞蘑菇	綜合滷味	有機蔬菜	豬血湯	水果
2025/10/3	五	糙米飯	紅燒獅子頭	菜脯蛋	紅絲綠花椰	晶彩圓子湯	水果
2025/10/6	—	中秋節					
2025/10/7	二	糙米飯	咖哩雞	塔香海根	有機蔬菜	竹筍大骨湯	豆漿
2025/10/8	三	鍋燒意麵	香酥魷魚圈	大成麵包	炒青江菜	鍋燒意麵湯	牛奶
2025/10/9	四	五穀飯	三杯雞	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	羅宋湯	水果
2025/10/10	五	國慶日					
2025/10/13	—	糙米飯	打拋豬	木耳三絲	炒莧菜	薑絲蛤蜊湯	水果
2025/10/14	二	白飯	胡麻鯛魚	四喜豇豆	有機蔬菜	玉米濃湯	牛奶
2025/10/15	三	肉骨茶麵	醬燒雞丁	魚香炒蛋	炒高麗菜	肉骨茶湯	牛奶
2025/10/16	四	糙米飯	薑汁燒肉	黑豆干枝豆	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	水果
2025/10/17	五	薑黃飯	滷雞腿	皮蛋地瓜葉	黑片白花椰	冬瓜檸檬	水果
2025/10/20	—	糙米飯	醬瓜仔肉	小黃瓜黑輪	炒大陸妹	海菜豆芽湯	水果
2025/10/21	二	白飯	蔥燒鱸魚	起司玉米蛋	有機蔬菜	虱目魚皮湯	豆漿
2025/10/22	三	黃油麵	車仔麵料	大成麵包	炒空心菜	車仔麵湯	牛奶
2025/10/23	四	紫米飯	親子丼	麻婆豆腐	有機蔬菜	香菇筍片湯	水果
2025/10/24	五	光復節補休					
2025/10/27	—	糙米飯	壽喜燒	綜合滷味	炒鵝白菜	四神湯	水果
2025/10/28	二	黎麥飯	雞米花	香菇炒水蓮	有機蔬菜	翡翠蛋花湯	牛奶
2025/10/29	三	麻醬麵	麻醬麵料	統一麵包	炒芥藍菜	青菜豆腐湯	牛奶
2025/10/30	四	白飯	蜜汁雞	芹菜炒豆干	有機蔬菜	酸辣湯	水果
2025/10/31	五	糙米飯	家鄉排骨	茄香炒蛋	韭菜豆芽	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。

|