

日期	星期	主食	副食(一)	副食(二)	副食(三)	湯	備註	全穀類 (份)	五穀雜糧類 (份)	蔬菜類 (份)	乳製品類 (份)	海鮮肉類 子類 (份)	水果類 (份)	熱量kcal	
3月1日	一	~ 和平紀念日 放假 ~													0.0
3月2日	二	紫米飯	香滷雞腿	咖哩三丁 <small>(洋芋, 紅蘿蔔, 毛豆)</small>	季節時蔬	玉米蛋花湯		5.0	2.2	1.0		2.5		652.5	
3月3日	三	白飯	皮蛋瘦肉粥	鹹酥雙拼			鮮奶/豆漿 (學校自購)	3.5	2.0	1.0	0.9	2.5		640.5	
3月4日	四	糙米飯	紅燒雞丁	滷豆干花椰菜	有機蔬菜	地瓜麥仁湯		4.9	2.1	1.7		2.5		655.5	
3月5日	五	糙米飯	豆豉燒肉	日式蒸蛋	季節時蔬	蔬菜湯		4.2	3.0	1.1		2.5		659.0	
3月8日	一	白飯	蘑菇醬炒雞丁	螞蟻上樹	季節時蔬	香菇龍骨湯		4.5	2.0	1.9		2.5		625.0	
3月9日	二	小米飯	紅糟豬排	沙茶魷魚羹	季節時蔬	海芽小魚干湯		4.0	2.3	1.7		2.5		607.5	
3月10日	三	麵食	紅燒豬肉麵	茶葉蛋1粒			鮮奶/豆漿 (學校自購)	6.0	2.7	1.2	0.9	2.5		873.0	
3月11日	四	糙米飯	砂鍋魚丁	塔香海茸炒肉絲	有機蔬菜	檸檬山粉圓		4.2	2.4	2.0		2.5		636.5	
3月12日	五	糙米飯	香菇雞	家常豆腐	季節時蔬	紫菜蛋花湯		4.0	2.5	1.2		2.5		610.0	
3月15日	一	白飯	醬炒雞丁	玉米炒蛋	季節時蔬	蘿蔔大骨湯		4.7	2.1	1.5		2.5		636.5	
3月16日	二	五穀飯	洋芋燒肉	高麗菜炒培根	季節時蔬	涼薯龍骨湯		5.2	2.1	1.7		2.5		676.5	
3月17日	三	白飯	飯湯	香滷雞塊			鮮奶/豆漿 (學校自購)	4.0	3.4	1.3	0.9	2.5		788.0	
3月18日	四	糙米飯	五香肉燥	扁蒲炒肉片	有機蔬菜	紅豆麥片湯		5.0	2.3	2.2		2.5		690.0	
3月19日	五	糙米飯	鹹酥雞	扁魚白菜	季節時蔬	粉絲蛋花湯		4.9	2.3	1.7		2.5		670.5	
3月22日	一	白飯	梅干扣肉	紅蘿蔔炒蛋	季節時蔬	冬瓜雞湯		4.0	3.0	1.7		2.5		660.0	
3月23日	二	燕麥飯	咖哩雞丁	炒三丁 <small>(毛豆, 玉米, 豆干)</small>	季節時蔬	豆枝味噌湯		4.9	2.3	1.2		2.5		658.0	
3月24日	三	麵食	義大利肉醬麵	香滷雞翅		三絲湯	鮮奶/豆漿 (學校自購)	5.8	2.9	1.0	0.9	2.5		869.0	
3月25日	四	糙米飯	蒜泥白肉	麻婆豆腐	有機蔬菜	綠豆湯		5.1	2.8	1.0		2.5		704.5	
3月26日	五	糙米飯	三杯雞	滷什錦菜	季節時蔬	玉米濃湯		5.1	2.1	1.5		2.5		664.5	
3月29日	一	白飯	照燒肉丁	大黃瓜炒肉絲	季節時蔬	金針菇龍骨湯		4.5	2.0	2.0		2.5		627.5	
3月30日	二	紫米飯	宮保雞丁	涼薯炒蛋	季節時蔬	關東煮湯		4.3	2.6	1.3		2.5		641.0	
3月31日	三	白飯	茄汁蛋炒飯	麥克雞塊2塊		冬瓜鮮菇湯	鮮奶/豆漿 (學校自購)	4.3	2.3	1.0		2.5		611.0	

營養師：陳淑貞

營養師陳淑貞

午餐秘書：

營養師兼午餐秘書 郭雯琪

校長：

屏東縣立萬丹李岳林  
國民小學校長

※本校午餐一律使用國產豬肉食材