

日期	星期	主食	副食(一)	副食(二)	副食(三)	副食(四)	湯	備註	全穀類 量類 (份)	蛋豆或 肉類 (份)	蔬菜類 (份)	乳品類 (份)	油脂類 堅果類 子類 (份)	水果類 (份)	熱量 kcal
5月3日	一	白飯	塔香豆腐	海苔蒸蛋	紅燒冬瓜1塊	季節時蔬	金針菇湯		4.0	2.0	2.1		2.5		595.0
5月4日	二	燕麥飯	椒鹽素雞	菜豆炒素火腿	鳳梨麵筋	季節時蔬	涼薯素肉絲湯		5.0	2.5	1.4		2.5		685.0
5月5日	三	麵食	麻醬麵	素牛蒡排1塊	香菇炒甜豆	季節時蔬	關東煮湯	鮮奶或豆漿 (學校自購)	6.5	2.4	2.4	0.9	2.5		915.5
5月6日	四	糙米飯	魚香茄子	炒三色蛋(玉米,紅蘿蔔,毛豆,雞蛋)	滷豆干塊2塊	有機蔬菜	地瓜西米露		5.2	2.9	1.5		2.5		731.5
5月7日	五	漢堡包	素肉排1塊	山藥卷		小黃瓜		百分百果汁	4.0	1.5	0.6		2.5	0.7	562.0
5月10日	一	白飯	紅燒豆包*1	咖哩花椰菜	芙蓉炒蛋	季節時蔬	芹香香菇湯		4.0	2.7	2.1		2.5		647.5
5月11日	二	小米飯	魚香豆腐	日式蒸蛋	蒸南瓜1塊	季節時蔬	海芽味噌湯		5.0	2.0	2.0		2.5		662.5
5月12日	三	米飯	什錦蛋炒飯	蒸芝麻包1粒	素雞腿1個	季節時蔬	玉米濃湯	鮮奶或豆漿 (學校自購)	4.9	2.1	1.4	0.9	2.5		756.0
5月13日	四	糙米飯	京醬百頁	關東煮 <small>蘿蔔,凍豆腐,香菇,紅蘿蔔</small>	素魚排1個	有機蔬菜	檸檬山粉圓		4.2	2.1	1.8		2.5		609.0
5月14日	五	糙米飯	醬燒麵腸	素炒絲瓜	玉米炒毛豆	季節時蔬	蔬菜湯		4.4	2.1	2.6		2.5		643.0
5月17日	一	白飯	素香菇肉燥	螞蟻上樹	紅燒雙菇豆腸	季節時蔬	冬瓜素雞湯		4.7	2.2	2.0		2.5		656.5
5月18日	二	蕎麥飯	宮保素米血	滷什錦菜 <small>白菜,滷豆腐,紅蘿蔔</small>	紅蘿蔔炒蛋	季節時蔬	玉米蛋花湯		4.9	2.4	1.8		2.5		680.5
5月19日	三	麵食	什錦炒麵	茄汁豆包1塊	蒸蔬菜燒賣2粒		素肉羹湯	鮮奶或豆漿 (學校自購)	5.6	2.0	1.2	0.9	2.5		792.5
5月20日	四	糙米飯	韓式豆腐鍋	涼薯炒蛋	素肉排1塊	有機蔬菜	紅豆紫米湯		5.3	2.4	1.7		2.5		706.0
5月21日	五	糙米飯	素肉燥滷豆腐	山藥炒豆干	黃瓜燴豆包	季節時蔬	白蘿蔔鮑菇湯		4.4	2.1	2.3		2.5		635.5
5月24日	一	白飯	麻油素雞	沙茶蔬食羹	彩椒炒蛋	季節時蔬	紫菜蛋花湯		4.4	2.0	2.9		2.5		643.0
5月25日	二	五穀飯	素肉燥鷓鴣蛋	塔香海草	蔬菜捲1塊	季節時蔬	酸辣湯		4.0	2.0	1.8		2.5		587.5
5月26日	三	白飯	蔬食親子丼飯	蒸紅豆包1粒	椒鹽雙拼		味噌高麗菜湯	鮮奶或豆漿 (學校自購)	5.0	2.0	1.1	0.9	2.5		748.0
5月27日	四	糙米飯	薑爆素鴨	紅蘿蔔炒蛋	滷油豆腐2塊	有機蔬菜	綠豆湯		5.1	3.2	1.7		2.5		752.0
5月28日	五	糙米飯	素炒花椰菜	麻婆豆腐	素牛蒡排1塊	季節時蔬	酸菜鮮筍湯		4.0	2.3	1.9		2.5		612.5
5月31日	一	白飯	九層塔炒蛋	芹香豆干	炒三鮮	季節時蔬	黃瓜鮮菇湯		4.0	2.2	2.1		2.5		610.0

營養師：陳淑貞

午餐秘書：

校長：

營養師陳淑貞

營養師約聘
職務代理人陳心琳

屏東縣立萬丹
國民學校校長李岳林