

日期	星期	主食	副食(一)	副食(二)	副食(三)	湯	備註	全穀類(份)	豆蛋魚肉類(份)	蔬菜類(份)	乳品類(份)	油質類(份)	水果類(份)	熱量kcal	
9月1日	三	白飯	廣東瘦肉粥	鹹酥雙拼				5.0	2.1	1.1		2.5		647.5	
9月2日	四	糙米飯	紅燒雞丁	滷豆干花椰菜	有機蔬菜	玉米蛋花湯		4.3	2.0	1.9		2.5		611.0	
9月3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	
9月6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	
9月7日	二	小米飯	蒜泥白肉	沙茶魷魚羹	季節時蔬	海芽小魚干湯		4.0	2.1	1.8		2.5		595.0	
9月8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	
9月9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		5.0	2.4	2.0		2.5		692.5	
9月10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	
9月11日	六	糙米飯	梅干扣肉	菜豆炒肉絲	季節時蔬	酸辣湯		4.0	2.8	1.5		2.5		640.0	
9月13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	
9月14日	二	五穀飯	洋芋燒肉	高麗菜炒雞絲	季節時蔬	涼薯龍骨湯		5.2	2.1	1.7		2.5		676.5	
9月15日	三	白飯	飯湯	滷油豆腐1塊			鮮奶/豆漿 (學校自購)	4.0	2.0	1.3	0.9	2.5		683.0	
9月16日	四	糙米飯	五香肉燥	扁蒲炒肉片	有機蔬菜	四神湯		4.5	2.3	2.2		2.5		655.0	
9月17日	五	糙米飯	鹹酥雞	白菜滷	季節時蔬	粉絲蛋花湯		4.9	2.3	1.6		2.5		668.0	
9月20日	一	~中秋節連假~													0.0
9月21日	二	~中秋節連假~													0.0
9月22日	三	麵食	義大利肉醬麵	香滷雞翅		玉米濃湯	鮮奶/豆漿 (學校自購)	6.0	2.9	1.0	0.9	2.5		883.0	
9月23日	四	糙米飯	紅糟豬排	麻婆豆腐	有機蔬菜	綠豆湯		5.1	2.8	1.0		2.5		704.5	
9月24日	五	糙米飯	三杯雞	滷什錦菜	季節時蔬	三絲湯		4.7	2.1	1.6		2.5		639.0	
9月27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	
9月28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	
9月29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	
9月30日	四	糙米飯	咖哩雞丁	炒三丁(玉米,毛豆,豆干)	有機蔬菜	豆枝味噌湯		5.0	2.3	1.2		2.5		665.0	

營養師：陳淑貞

營養師陳淑貞

午餐秘書：

營養師約聘
職務代理人 **陳心琳**

校長：

屏東縣立萬丹
國民小學校長 **李岳林**

※本校午餐一律使用國產豬肉食材