

萬丹.興華國小112年04月份菜單

日期	星期	主食	副食(一)	副食(二)	副食(三)	湯	鮮奶/水果/備註	全穀雜糧類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	乳品類(份)	油脂與堅果種子類(份)	水果類(份)	熱量kcal					
4月3日	一	~ 兒童節.清明節連假 ~													0.0				
4月4日	二																		0.0
4月5日	三																		0.0
4月6日	四	白飯	三杯魚丁	冬瓜炒肉末	有機蔬菜	檸檬山粉圓湯		5.0	2.6	1.8		2.5		702.5					
4月7日	五	糙米飯	薑汁燒肉片	螞蟻上樹	季節時蔬	玉米濃湯		5.0	2.4	1.1		2.5		670.0					
4月10日	一	白飯	宮保雞丁	紅蘿蔔炒蛋	季節時蔬	味噌魚干湯		4.7	2.5	1.6		2.5		669.0					
4月11日	二	小米飯	涼薯燒肉	高麗菜炒肉絲	季節時蔬	紫菜蛋花湯		4.7	2.5	1.7		2.5		671.5					
4月12日	三	粥	南瓜瘦肉粥	香滷雞塊			鮮奶/豆漿(學校自購)	4.5	2.9	1.1	0.9	2.5		780.5					
4月13日	四	糙米飯	紅燒雞丁	塔香油豆腐	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯		4.0	3.6	1.7		2.5		705.0					
4月14日	五	糙米飯	香酥魚丁	白菜滷	季節時蔬	冬菜雞湯		4.0	3.2	2.0		2.5		682.5					
4月17日	一	白飯	沙茶肉片	咖哩三丁 <small>(洋芋,毛豆,紅蘿蔔,玉米)</small>	季節時蔬	涼薯蛋花湯		5.0	2.5	1.3		2.5		682.5					
4月18日	二	燕麥飯	蘑菇醬雞丁	麻醬黃瓜肉絲	季節時蔬	酸辣湯		4.5	2.9	2.0		2.5		695.0					
4月19日	三	麵食	赤肉羹麵	蒸鍋貼二粒			鮮奶/豆漿(學校自購)	6.2	2.0	1.3	0.9	2.5		837.0					
4月20日	四	糙米飯	香酥豬排	客家小炒	有機蔬菜	綠豆西米露	豆漿	4.8	2.7	1.2		2.5		681.0					
4月21日	五	糙米飯	三杯雞	海苔蒸蛋	季節時蔬	蔬菜湯		4.0	3.3	1.0		2.5		665.0					
4月24日	一	白飯	洋芋燒肉	蔥炒甜不辣	季節時蔬	枸杞雞湯		5.1	2.4	1.7		2.5		692.0					
4月25日	二	五穀飯	糖醋雞丁	家常豆腐	季節時蔬	粉絲蛋花湯		4.3	3.1	1.2		2.5	0.1	682.0					
4月26日	三	白飯	什錦炒飯	麥克雞塊二塊	季節時蔬	蘿蔔排骨湯	鮮奶/豆漿(學校自購)	4.3	2.0	1.4	0.9	2.5		706.5					
4月27日	四	糙米飯	香菇肉躁	花椰炒魷魚	有機蔬菜	海帶芽味噌湯		4.0	2.5	1.9		2.5		627.5					
4月28日	五	糙米飯	蠔油雞丁	炒三丁(玉米,毛豆,豆子)	季節時蔬	黃瓜大骨湯		4.4	3.0	1.4		2.5		680.5					

※本校午餐一律使用國產豬肉食材

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：

屏東縣立萬丹國民小學校長李岳林