

**臺南市永康國民小學114學年度第2學期第3週午餐食譜暨營養分析**

日期	2/23星期一(開學日)		2/24星期二		2/25星期三		2/26星期四		2/27星期五	
	菜名	品名	菜名	品名	菜名	品名	菜名	品名	菜名	品名
主食	擔仔麵	黃油麵	糙米飯	糙米	白米飯	白米	燕麥飯	燕麥		
				白米				白米		
菜一	小月肉燥	瘦絞肉	咖哩雞丁	雞里肌丁	雙色燒賣	桂冠翡翠燒賣	紅燒蹄膀	腱肉丁		二
		紅蔥頭末		馬鈴薯大丁		桂冠海鮮燒賣		德國豬腳丁		
		油蔥酥		紅蘿蔔大丁				熟花生		二
				嘉鹿毛豆仁						八
				咖哩塊						補
菜二	豆芽蝦仁	蝦仁	鮑菇豆干	豆干片	芹香高麗	芹菜	有機蔬菜	味美菜		假
		豆芽菜		杏鮑菇		高麗菜			一	
				木耳片						天
菜三	芝麻菠菜	菠菜	有機蔬菜	青松菜	麻油雞飯	去骨腿仁丁	四色炒菇	四季豆		
		白芝麻				毛豆仁		鴻禧菇		
						乾香菇絲		雪白菇		
						枸杞		紅蘿蔔片		
湯品	虱目魚湯	虱目魚柳	紫菜蛋花湯	洗選雞蛋	五行蔬菜湯	白花菜	帝豆蘿蔔湯	皇帝豆		
		冬瓜		紫菜		青花菜		白蘿蔔大丁		
		雞骨架		雞骨架		牛番茄		雞骨架		
						鮮香菇				
						玉米筍				
						雞骨架				
水果		平安蘋果								
飲品						光泉脆片奶酪				