梓官國中11月份菜單（115年）

日期	星期	主 食	主 菜	副 菜	青 菜	湯 品	其他
11/2	一	白飯	羊肉爐燉豬肉	*八寶肉醬	蒜香陸妹	*關 東 煮	水果
11/3	二	白飯	蒜苗爆肉片	*芹菜炒海味	青江菜燴菇	綠豆湯	〈甜湯〉
11/4	三	糙米飯	紅 醣 雞	*丁香炒干片	蒜香高麗	酸菜鴨肉湯	水果
11/5	四	白飯	紅燒獅子頭(1)	*滷油豆腐	薑絲絲瓜	*玉米魚丸湯	
11/6	五	*烏龍麵	*酸辣湯料	*巧克力麵包	*什錦滷味		*豆漿

11/9	一	白飯	*百匯蔬食滷味	*玉米炒蛋	蒜香萵苣	檸檬愛玉	甜湯、蔬食日
11/10	二	白飯	*椒麻香酥魚	咖哩洋芋	燴大黃瓜	肉骨茶湯	水果
11/11	三	五穀飯	筍干扣肉	*絲瓜滑菇火腿片	炒青江菜	剝皮辣椒雞湯	
11/12	四	白飯	彩蔬沙茶中卷	*番茄炒蛋	紅 K白花	*虱目魚皮湯	水果
11/13	五	*海鮮粥	*巧克力饅頭	*五香滷味			*優酪乳

11/16	一	白飯	咖哩燉肉	*客家小炒	炒大白菜	蘿蔔玉米排骨湯	水果
11/17	二	白飯	糖醋排骨	螞蟻上樹	蒜香陸妹	*蘑菇濃湯	
11/18	三	芝麻飯	*綜合紅燒肉	竹筍炒肉絲	蒜香菠菜	*紫菜蛋花湯	水果
11/19	四	白飯	*樹子蒸魚	*白菜魚板滷	蒜香油菜	*蘿蔔魚丸湯	
11/20	五	麵食	紅燒豬肉麵料	*藍莓風味夾心麵包			*草莓優格

11/23	一	白飯	咖哩鮮蔬	*紅k炒蛋	蒜香絲瓜	仙草蜜	甜湯、蔬食日
11/24	二	白飯	炸雞腿	*回 鍋 肉	薑絲尼龍	四神雞湯	水果
11/25	三	小米飯	高昇排骨	*韓式豆腐煲	沙茶油菜	餛 飩 湯	
11/26	四	白飯	筍干豬腳	五彩玉米	蒜香高麗	*番茄羅宋湯	水果
11/27	五	乾炒豬肉寬粉		冰烤地瓜(1)		*刺瓜魚丸湯	*保久乳

11/30	一	白飯	*蜜汁肉丁	*香菇滷豆干	蒜香青江菜	檸檬山粉圓	〈甜湯〉

※本校油品使用**台糖沙拉油**；黃豆製品採用「**非基因改造**」之黃豆製品，敬請安心食用。本校採用CAS認證國產豬及國產雞蛋，精鹽有加碘，敬請安心食用。

若因天候或人力所不能抗拒、調配之因素，校方請予保留更改菜單之權益

衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」易引起過敏之食物(甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等11種及其製品，為達資訊公開若有疑問可自行上衛服部網站: https://www.mohw.gov.tw/cp-16-43376-1.html參考)，現今公告提供師生知悉，若為過敏體質不適合食用或請視自身健康狀況酌請食用。

本校菜單食材明細公告於校園營養午餐網頁及「教育部校園食材登錄平臺2.0」網站: https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/以供查詢。