

梓官國中 6月份菜單——115年

日期	星期	主食	主 菜	副 菜	青 菜	湯 品	其他
6/1	一	白飯	*樹子蒸魚	燴三鮮	秀珍菇青江菜	*黑輪蘿蔔湯	
6/2	二	白飯	蒜苗爆肉片	*香菇蒸蛋	洋蔥絲瓜	*酸辣湯	紅龍果切盒
6/3	三	*燕麥飯	番茄燒肉	*紅燒豆腐	炒大陸妹	*味噌鮮魚湯	
6/4	四	白飯	韓式肉片	*沙茶豆干	燴大黃瓜	玉米排骨湯	
6/5	五	*麵疙瘩	*奶 皇 包	*五香滷味		*冬瓜蛤仔湯	*優酪乳

6/8	一	白飯	*香菇肉燥	炒甜不辣	蒜香油菜	*奶香仙草蜜	〈甜湯〉
6/9	二	地瓜飯	*黃金鹽酥配	*紅k炒蛋	彩繪豆芽	*剝皮辣椒豆皮湯	【蔬食日】
6/10	三	白飯	沙茶芥藍豬柳	*番茄雞肉末豆腐	炒小白菜	一品火鍋湯	富士蘋果
6/11	四	白飯	筍干扣肉	八寶肉醬	蒜香高麗	養生菇菇湯	
6/12	五	飯	*香菇肉羹	*蛋糕	涼拌小黃瓜條片		黑芝麻豆漿

6/15	一	白飯	*清燉排骨	螞蟻上樹	青江菜燴菇	檸檬愛玉	〈甜湯〉
6/16	二	紫米飯	冬瓜肉骨茶	煙燻雞肉炒玉米	紅k白花	餛 飩 湯	
6/17	三	白飯	和風馬鈴薯燉肉	蠔油鮑菇	金針菇油菜	*紫菜蛋花湯	黃金奇異果
6/18	四	脆筍瘦肉粥	*漢堡(1)	卡拉雞腿堡(1)	冰烤地瓜(1)		鮮奶
6/19	五	端午節放假					

6/22	一	白飯	雙椒爆肉片	番茄炒雞丁	開陽白菜	*翡翠吻魚羹	
6/23	二	白飯	椒麻雞丁	*麻婆豆腐	蔥油醬A菜	冬粉貢丸湯	荔枝
6/24	三	小米	咖哩鮮蔬	素魚翅羹	薑絲小白	冬菜刺瓜湯	【蔬食日】
6/25	四	白飯	高昇排骨	香菇脆筍	蒜香高麗菜	綠豆蒜	〈甜湯〉
6/26	五	*炸醬麵	*麻醬麵料	燒烤雞翅	炒雙花菜	香菇蘿蔔湯	*保久乳

6/29	一	白飯	咖哩燉肉	*白菜滷	薑絲尼龍	肉骨茶湯	
6/30	二	*義大利麵	*巧克力麵包		xo醬油菜	*玉米濃湯	蘋果汁

※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，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。

