

梓官國中 9月份菜單——115年

日期	星期	主食	主 菜	副 菜	青 菜	湯 品	其他
8/31	一	白飯	冬瓜腩燒肉	*翡翠豆腐	沙茶油菜	冬菜刺瓜湯	
9/1	二	白飯	高昇排骨	*香菇蒸蛋	蒜香空心菜	養生菇菇湯	水果
9/2	三	白飯	筍干扣肉	*黃瓜肉片	開陽白菜	*黑輪蘿蔔湯	
9/3	四	*五穀飯	紅燒雞	竹筍肉絲	薑絲小白	冬瓜檸檬〈甜湯〉	水果
9/4	五	義大利麵	燒烤雞翅(1)		蒜香雙花	*玉米濃湯	*豆奶

9/7	一	白飯	*椒鹽魚丁	咖哩洋芋	黑椒豆芽	*帶芽味噌湯	水果
9/8	二	白飯	香滷雞腿	煙燻雞肉炒玉米	蒜香高麗	餛 飩 湯	
9/9	三	紫米飯	紅糟滷肉	紅K炒蛋	蒜香青江菜	四神湯	水果
9/10	四	白飯	鮑菇肉片	*沙茶豆干	蒜香油菜	*黃金蛋花湯	
9/11	五	*素火腿蛋炒飯【蔬食日】	*紅豆麵包	*五香滷味	刺瓜素丸湯		果汁

9/14	一	白飯	紅燒獅子頭	*炒甜不辣	蒜香高麗	冬粉貢丸湯	
9/15	二	白飯	雙椒爆肉片	番茄炒雞丁	開陽白菜	剝皮辣椒雞湯	水果
9/16	三	白飯	香菇肉燥	螞蟻上樹	燴大黃瓜	*一品火鍋湯	
9/17	四	小米飯	豉椒雞丁	蠔油鮑菇	洋蔥絲瓜	香菇排骨湯	水果
9/18	五	*海鮮粥	*巧克力麵包		涼拌小黃瓜		燕麥奶

9/21	一	白飯	咖哩鮮蔬	素魚翅羹	紅k青花	綠豆湯〈甜湯〉	【蔬食日】
9/22	二	白飯	和風馬鈴薯燉肉	玉米雞茸	薑絲小白	*紫菜蛋花湯	水果
9/23	三	*小麥米	黑胡椒豬排	*八寶肉醬	紅k白花	玉米排骨湯	水果
9/24	四	筍絲瘦肉粥	*刈包	酸菜炒肉片	*花生糖粉	*烏豆沙麻吉月餅	*鮮奶
9/25	五	中秋節連假					

9/28	一	教師節連假					
9/29	二	白飯	綜合紅燒肉	白菜滷	蒜香萵苣	*翡翠吻魚羹	水果
9/30	三	白飯	豉汁燒肉	*麻婆豆腐	炒娥白菜	仙 草 蜜	〈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，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://fatracesschool.k12ea.gov.tw/frontend/>以供查詢。

