

## 109年4月 蟠桃國小葷食菜單

|    | 週一    | 週二    | 週三             | 週四   | 週五    |
|----|-------|-------|----------------|--|-------|
| 日期 |       |       | 4月1日           | 4月2日   | 4月3日  |
| 主食 |       |       | 刈包             |  |       |
| 主菜 |       |       | 梅干控肉           |  |       |
| 副菜 |       |       | 芝麻球            |  |       |
| 青菜 |       |       | 時令蔬菜           |  |       |
| 湯  |       |       | 香菇瘦肉粥          |  |       |
| 附餐 |       |       | 水果             |  |       |
| 日期 | 4月6日  | 4月7日  | 4月8日           |  |       |
| 主食 | 白米飯   | 糙米飯   | 黃油麵(酸辣湯麵)      | 五穀飯  | 麥片飯   |
| 主菜 | 蠔油燒雞  | 地瓜燒肉  | 香滷雞腿           | 北海魚條   | 回鍋肉片  |
| 副菜 | 洋芋火腿  | 芹香干片  | 肉包             | 番茄炒蛋   | 冬瓜四喜  |
| 青菜 | 時令蔬菜  | 時令蔬菜  | 時令蔬菜           | 時令蔬菜   | 時令蔬菜  |
| 湯  | 紫菜蛋花湯 | 蘿蔔貢丸湯 | 酸辣湯            | 木須肉絲湯  | 紅棗銀耳湯 |
| 附餐 | 鮮奶    |       | 水果             | 水果   |       |
| 日期 | 4月13日 | 4月14日 | 4月15日          | 4月16日  | 4月17日 |
| 主食 | 白米飯   | 糙米飯   | 白油麵            | 五穀飯  | 紫米飯   |
| 主菜 | 咖哩嫩雞  | 麵輪燒肉  | 古早味肉燥          | 樹子蒸魚   | 塔香三杯雞 |
| 副菜 | 炸醬干丁  | 培根花椰菜 | 無骨香雞排          | 鮭魚炒蛋   | 海帶三絲  |
| 青菜 | 時令蔬菜  | 時令蔬菜  | 時令蔬菜           | 時令蔬菜   | 時令蔬菜  |
| 湯  | 薑絲冬瓜湯 | 日式味噌湯 | 玉米蛋花湯          | 奶香南瓜   | 珍珠豆奶  |
| 附餐 | 鮮奶    |       | 水果             | 優酪乳  |       |
| 日期 | 4月20日 | 4月21日 | 2020/4/22(蔬食日) | 4月23日  | 4月24日 |
| 主食 | 白米飯   | 糙米飯   | 客家鹹飯           | 五穀飯  | 小米飯   |
| 主菜 | 味噌燒雞  | 紅燒滷肉  | 菜脯炒蛋           | 沙茶魚丁   | 圓蹄混滷  |
| 副菜 | 玉米肉末  | 鮮菇白菜  | 薯餅*2           | 香菇肉燥   | 毛豆干丁  |
| 青菜 | 時令蔬菜  | 時令蔬菜  | 時令蔬菜           | 時令蔬菜   | 時令蔬菜  |
| 湯  | 脆瓜雞湯  | 酸菜豬血湯 | 玉米海結湯          | 芹香魚丸湯  | 仙草蜜   |
| 附餐 | 鮮奶    |       | 水果             | 水果   |       |
| 日期 | 4月27日 | 4月28日 | 4月29日          | 4月30日  |       |
| 主食 | 白米飯   | 糙米飯   | 螺旋麵            | 五穀飯  |       |
| 主菜 | 豆乳雞   | 黑胡椒肉柳 | 茄汁肉醬           | 豆豉蒸魚   |       |
| 副菜 | 紅蔥肉燥  | 白卜肉羹  | 花枝丸*2          | 美式炒蛋   |       |
| 青菜 | 時令蔬菜  | 時令蔬菜  | 時令蔬菜           | 時令蔬菜   |       |
| 湯  | 香甜玉穗湯 | 金菇芙蓉湯 | 田園濃湯           | 青木瓜排骨湯   |       |
| 附餐 | 鮮奶    |       | 水果             | 優酪乳  |       |