

蟠桃國小109年7月葷食菜單

	週一	週二	週三	週四	週五
日期			7月1日	7月2日	7月3日
主食			螺旋麵	五穀飯	麥片飯
主菜			日式豬排	蒜香蒸魚	黑胡椒燒雞
副菜			茄汁肉醬	鮪魚炒蛋	客家小炒
青菜			時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯			玉米濃湯	薑絲冬瓜湯	仙草QQ
附餐			水果	水果	
日期	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日	7月10日
主食	白米飯	糙米飯	白油麵	五穀飯	燕麥飯
主菜	蠔油燒雞	黑干滷肉	黑胡椒肉醬	蔥燒魚丁	咖哩嫩雞
副菜	彩繪三色	香菇蒸蛋	滷蛋	蟹肉蒸蛋	培根花椰菜
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯	蘿蔔海結湯	巧達濃湯	海芽蛋花湯	香菇雞湯	紅棗銀耳湯
附餐	鮮奶	蘋果汁	水果		
日期	7月13日	7月14日			
主食	白米飯	糙米飯			
主菜	照燒雞丁	玉米蒸肉餅			
副菜	洋芋火腿	白菜滷			
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜			
湯	蔬菜湯	白玉貢丸湯			
附餐	鮮奶				
日期					
主食					
主菜					
副菜					
青菜					
湯					
附餐					
日期					
主食					
主菜					
副菜					
青菜					
湯					
附餐					