

大墩國小

2月份菜單

飪珍記 食品股份有限公司

| 週一 | 週二 | 週三 | 週四 | 【蔬】週五 |
|---|--|---|---|--|
| 2月11日 | 2月12日 | 2月13日 | 2月14日 | 2月15日 |
| 胚芽飯 照燒旗魚排 玉米炒蛋 客家小炒 向陽時蔬 蘿蔔湯 | 燕麥飯 紅棗燉雞 螞蟻上樹 糖醋獅子頭 ☆有機青江菜 玉米濃湯 | 地瓜飯 京都排骨 三色筍絲 白菜滷 新鮮時蔬 野蔬味噌湯 | 可口白飯 紐澳良雞排 肉絲青花 醬燒蘿蔔 新鮮時蔬 鮮蔬蛋花湯 | 黃金炒飯 蒜汁豆腐 日式蒸蛋 地瓜包 網耕時蔬 筍香丸片湯 |
| 熱量647大卡 蛋白質27.0g 脂質20.9g 醣類87.7g | 熱量723大卡 蛋白質27.4g 脂質20.2g 醣類107.9g | 熱量655大卡 蛋白質26.8g 脂質20.5g 醣類90.9g | 熱量690大卡 蛋白質28.1g 脂質21.4g 醣類96.2g | 熱量672大卡 蛋白質27.6g 脂質20.9g 醣類93.5g |
| 2月18日 | 2月19日 | 2月20日 | 2月21日 | 2月22日 |
| 糙米飯 瓜仔雞 野菇凍豆腐 三寶干丁 新鮮時蔬 海芽豆皮湯 | 胚芽飯 洋蔥豬柳 雞絲鮮豆 咖哩洋芋 ☆有機黑葉白菜 榨菜肉絲湯 | 紫米飯 沙嗲雞排 芹香黑輪 客家爛筍 向陽時蔬 白玉排骨湯 | 可口白飯 滷大排 鐵板豆腐 芋香白菜 網耕時蔬 鮮菇雞湯 | 奶香白醬麵 糖醋豆包 蜜汁地瓜 日式關東煮 窈窕時蔬 椰香綠豆仁 |
| 熱量675大卡 蛋白質27.8g 脂質20.4g 醣類95.0g | 熱量722大卡 蛋白質27.2g 脂質20.0g 醣類108.3g | 熱量794大卡 蛋白質32.1g 脂質22.1g 醣類116.8g | 熱量800大卡 蛋白質32.0g 脂質22.6g 醣類117.0g | 熱量748大卡 蛋白質32.2g 脂質23.2g 醣類102.8g |
| 2月25日 | 2月26日 | 2月27日 | 2月28日 | 2月23日(六)補課 |
| 胚芽飯 醬爆烤鴨 日式蒸蛋 奶焗青花 田園時蔬 日式味噌湯 | 日式炒麵 香烤雞腿 開陽瓠瓜 紅豆包 ☆有機高麗菜 冬瓜排骨湯 | 糙米飯 洋芋燉肉 南瓜滑蛋 塔香海帶根 陽光時蔬 主廚濃湯 | | 可口白飯 蘿蔔燒肉 三絲炒蛋 培根高麗 新鮮時蔬 筍香湯 |
| 熱量674大卡 蛋白質27.6g 脂質20.1g 醣類95.5g | 熱量674大卡 蛋白質27.6g 脂質20.1g 醣類95.5g | 熱量680大卡 蛋白質27.8g 脂質21.4g 醣類94.0g | | 熱量667大卡 蛋白質27.4g 脂質20.7g 醣類92.8g |

* 飯菜量如有任何問題，請洽現場工作人員。()標示為油炸菜色。每週二供應新鮮水果。

* 玉米及初級豆製品全面採用非基因改造食材。☆標示為使用有機食材。