

發行人：李進士 校長
 出版：高雄市勝利國民小學
 學生午餐供應委員會

執行編輯：吳宛蓉 營養師
 本期主編：蔡瓊梅 營養師
 編 審：廖靜郁、蔡佩吟 營養師
 供應廠商：佳琪食品

※本校午餐之肉品、蛋品採用國產食材，蔬果類優先採用當季國產食材

勝利國小113年1月營養午餐菜單

日期	星期	主食	副食一	副食二	副食三	湯品	水果	熱量
1/2	二	胚芽飯	冬瓜肉骨茶燉肉	咖哩花椰	季節蔬菜	洋芋羅宋湯	豆漿	806.8
1/3	三	白飯	麻油拌飯	彩椒炒小瓜	季節蔬菜	綠豆薏仁湯		817.3
1/4	四	糙米飯	B.B.Q.醬燒肉片	沙茶油菜	木耳高麗菜	和風茶壺湯	柑橘	758
1/5	五	白飯	文昌蔥油雞排*1	麻婆豆腐	季節蔬菜	三絲鮮湯		708.1
1/8	一	白飯	香滷豬排*1	海芽燒豆腐	季節蔬菜	紫菜蛋花湯	優酪乳	851.3
1/9	二	薏仁飯	塔香雞腿*1	黃瓜什錦	季節蔬菜	玉米濃湯	小番茄	795.2
1/10	三	★	蔥燒油腐麵	照燒馬鈴薯	季節蔬菜			704.1
1/11	四	小米飯	藥膳燉雞丁	塔香海茸	季節蔬菜	筍絲排骨湯	香蕉	760.4
1/12	五	白飯	匈牙利燉肉	黑輪炒高麗	蒜香青花	冬瓜雙Q圓		827.2
1/15	一	白飯	蠔油滷雞腿*1	南瓜蒸蛋	季節蔬菜	味噌豆腐湯	水蜜桃蔬果汁	764.9
1/16	二	五穀飯	義式炸魚丁	素鱈糊	季節蔬菜	蘿蔔排骨湯	葡萄	804.9
1/17	三	★	金瓜米粉	茶葉蛋*1	季節蔬菜	八寶甜湯		798.1
1/18	四	燕麥飯	紫蘇梅仔雞	XO醬扁蒲	季節蔬菜	蔬菜蛋花湯	蘋果	765.4
1/19	五	白飯	椰香咖哩肉片	豆瓣豆干	季節蔬菜	冬瓜貢丸湯		729.7

蔬食日加菜：1/10奶油餐包、2/21冰烤地瓜

※季節蔬菜每週不重複，每週一次提供有機蔬菜※

113年1月1800份

承印者：文鵬有限公司

電話：5 8 8 9 0 7 6

※本校已將每日午餐菜單、食材等相關資訊標示於教育部校園食材登錄平臺，若有特殊過敏體質學童，請家長務必自行上網查詢，並提醒小孩避免食用造成過敏的食物，以確保自身安全。校園食材登錄平臺<https://fatracesschool.k12ea.gov.tw/frontend/>

