

勝利國小113年2月營養午餐食譜

- 佳琪食品 -

營養師：吳宛蓉

日期	星期	主食	副食一	副食二	副食三	湯品	水果
2/16	五	白飯	糖醋雞丁	咖哩馬鈴薯	雙色花椰	黃瓜魚丸湯	優酪乳
2/17	六	白飯	味噌醬燒豬柳	菇香筍絲	季節蔬菜	玉米排骨湯	
2/19	一	白飯	南洋沙茶肉片	蜜香干丁	季節蔬菜	豆薯蛋花湯	豆漿
2/20	二	紫米飯	芝麻烤雞排*1	玉米總匯	季節蔬菜	蒲瓜排骨湯	葡萄
2/21	三	★	什錦炒烏龍	義式油腐炸物	季節蔬菜	筍香雞湯	
2/22	四	糙米飯	和風照燒雞	絞肉冬瓜	季節蔬菜	鮮菇如意湯	香蕉
2/23	五	白飯	豆豉燒肉	胡麻拌銀芽	季節蔬菜	紅豆湯圓	
2/26	一	白飯	蔥油雞排*1	洋蔥蕃茄蛋	季節蔬菜	南瓜濃湯	鮮奶
2/27	二	小米飯	香茅檸檬魚	魚板黃瓜	季節蔬菜	關東煮	柑橘
2/28	三	228放假					
2/29	四	薏仁飯	古早味肉燥	醬燒豆干片	季節蔬菜	大滷湯	蘋果