

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：吳雅慧 營養師
編審：蔡佩吟、劉秋芳 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114年9月營養午餐菜單

日期	星期	主食	副食一	副食二	副食三	湯品	附餐	熱量
9/1	一	白飯	◎豚肉味噌煮	◎起司南瓜蛋	季節蔬菜	◎關東煮	時令水果	829
9/2	二	◎薏仁飯	◎普羅旺斯炸魚薯條	◎肉絲拌雙絲	季節蔬菜	◎海芽豆腐湯		787
9/3	三	★	◎鍋燒湯麵	◎輕食滷豆干	季節蔬菜		◎福樂優酪乳	785
9/4	四	◎胚芽飯	春川燉雞	◎塔香海茸	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	782
9/5	五	白飯	◎蘑菇醬燒豬柳	◎蛋酥胡麻豆芽	季節蔬菜	◎綠豆西米露		809
9/8	一	◎五穀飯	◎無骨香雞排*1	◎砂鍋白菜滷	季節蔬菜	◎紫菜蛋花湯	時令水果	789
9/9	二	白飯	◎匈牙利燉肉	◎甜不辣高麗菜	季節蔬菜	◎花瓜蘿蔔雞湯		752
9/10	三	★	◎野菇奶香筆管麵	◎海苔醬燒蛋*1	季節蔬菜	蕃茄蔬菜湯	波蜜 100%蔬果汁	817
9/11	四	白飯	◎沙茶蔥爆肉片	南瓜咖哩	有機蔬菜	◎筍絲排骨湯	時令水果	803
9/12	五	◎麥片飯	◎糖醋燒雞	◎鴻喜胡蘿蔔炒蛋	季節蔬菜	檸檬山粉圓		789
9/15	一	糙米飯	◎鐵板豬柳	◎粉絲洋蔥蛋	季節蔬菜	◎芹香蘿蔔湯	時令水果	816
9/16	二	白飯	金蒜蒸雞排*1	◎XO醬風味冬瓜	季節蔬菜	◎珍珠芙蓉湯		743
9/17	三	★	◎韓式素拌飯		◎金沙豆腐	◎大醬湯	◎陽光樂豆奶	789
9/18	四	紫米飯	鹽蔥雞	鮮燴大黃瓜	季節蔬菜	蔬菜羅宋湯	時令水果	765
9/19	五	白飯	◎叻沙咖哩魚	◎和風什錦煮	季節蔬菜	◎鳳梨銀耳甜湯		782
9/22	一	白飯	◎日式洋蔥燒肉	◎起司花椰菜	季節蔬菜	◎南瓜濃湯	時令水果	833
9/23	二	◎燕麥飯	◎唐揚炸雞	◎柴魚蒸蛋	季節蔬菜	◎三絲鮮湯		834
9/24	三	★	◎綜合菇菇炊飯	◎東山滷干丁	季節蔬菜	清燉肉骨茶	◎養樂多鮮奶	790
9/25	四	小米飯	◎一品燒雞腿*1	◎芙蓉炒蛋	季節蔬菜	◎台式大滷湯	時令水果	801
9/26	五	白飯	◎紅燒燉豚肉	◎魷魚白菜蒜	季節蔬菜	紅豆紫米湯		752
9/30	二	◎薏仁飯	◎雞肉壽喜燒	◎八角毛豆莢	季節蔬菜	黃瓜排骨湯		747

水果種類：蘋果、香蕉、葡萄、百香果、奇異果、香吉士、紅柿

- 1.遇特殊狀況(如颱風、豪雨、退貨、停水、停電等)菜單內容將小幅調整。
 - 2.本校午餐供應國產豬肉及國產蛋品並優先供應國產蔬菜類食材,請安心食用。
 - 3.乳飲品離開冷藏時間勿超過半小時，開封後應盡速食用完畢；水果請清洗後再食用，確保食品安全。
 - 4.每月至少提供一次有機蔬菜。
 - 5.菜單部分食材含衛福部公告「食品過敏原標示規定」11種過敏源，並以◎標示:(1)甲殼類(2)芒果(3)花生(4)牛/羊奶(5)蛋(6)堅果類(7)芝麻(8)麩質穀物(9)大豆(10)魚類(11)亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用。
- 若有特殊過敏體質學童，每日菜單食材可至教育部校園食材登錄平台(<https://fatracesschool.k12ea.gov.tw/frontend/>)查詢。請家長務必自行上網查詢，並提醒小孩避免食用造成自身過敏的食物。

※配合政府政策，副食三短期葉菜類需使用產銷履歷，但因供貨商未可在開會(提前一個月)確認品項，故以「季節蔬菜」為名，但保證「當季蔬菜當週不重複」，每日可於「校園食材登錄平臺」查詢當天菜色內容。