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：劉乃綺 營養師
本期主編：朱雪綾、林秀美 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115年12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
12/1	二	紫米飯	◎芝麻大排*1	◎炸醬三丁	季節蔬菜	◎筍絲龍骨湯	◎鮮奶	773
12/2	三	★	◎味噌鮮蔬拉麵	◎玉米炒蛋	季節蔬菜			738
12/3	四	小米飯	◎糖醋雞丁	◎肉燥拌白菜	季節蔬菜	◎蘿蔔魚丸湯	水果	759
12/4	五	白飯	◎蔥爆豬柳	◎鴻喜菇燒豆腐	季節蔬菜	綠豆薏仁湯		786
12/7	一	白飯	◎無骨香雞排*1	◎東山滷干丁	季節蔬菜	◎時蔬蛋花湯	水果	754
12/8	二	●麥片飯	◎豉汁冬粉蒸魚	三色小瓜	季節蔬菜	黃瓜龍骨湯	◎優格	772
12/9	三	★	◎香菇蔬食拌烏龍麵	◎滷三角油腐*1	季節蔬菜	暖冬肉骨茶		720
12/10	四	糙米飯	◎沙茶雞丁	◎焗烤馬鈴薯	有機蔬菜	◎和風茶壺湯	水果	800
12/11	五	白飯	◎茄汁鮑菇燒肉	◎金茸海帶根	季節蔬菜	◎地瓜雙Q甜湯		770
12/12	六	校慶餐盒					◎豆漿	
12/15	二	●五穀飯	◎梅乾扣肉	◎鴻喜拌白菜	季節蔬菜	◎蒲瓜粉絲湯	◎鮮奶	744
12/16	三	★	◎美味菇菇拌飯	◎蜜汁雙寶	季節蔬菜	◎紫菜蛋花湯		710
12/17	四	●燕麥飯	◎照燒烤雞排*1	◎大瓜總匯	季節蔬菜	◎砂鍋油腐湯	水果	797
12/18	五	白飯	◎和風醬燒豬	◎雞絲拌花菜	季節蔬菜	◎麥香粉圓湯		779
12/21	一	白飯	◎孜然炒豬柳	◎鐵板豆腐	季節蔬菜	◎關東煮湯	水果	741
12/22	二	薏仁飯	◎鮮蔬麻油雞	◎絞肉拌玉米	季節蔬菜	◎八寶湯圓	◎優酪乳	847
12/23	三	★	◎客家炒米粉	◎日式蒸蛋	季節蔬菜	◎紅燒油腐湯		727
12/24	四	●胚芽飯	◎椒鹽炸雞腿*1	◎小瓜三丁	季節蔬菜	冬瓜排骨湯	水果	824
12/28	一	白飯	◎BBQ醬燒雞排*1	◎蘑菇醬鮮蔬	季節蔬菜	◎玉米蛋花湯	◎鮮奶	802
12/29	二	紫米飯	◎蒜泥白肉	◎筍香肉絲	季節蔬菜	蔬菜龍骨湯	水果	787
12/30	三	★	◎鍋燒時蔬湯麵	◎什錦炒蛋	季節蔬菜			731
12/31	四	小米飯	◎吮指豆乳雞	◎五香香菇冬瓜	季節蔬菜	◎大頭菜貢丸湯	水果	827

◆本學期水果將以高雄在地當季水果為主，如香蕉、芭樂、紅龍果、蓮霧、小番茄、蜜棗、荔枝等，並依季節及供貨情形調整

◆12月水果品項：香蕉、小蕃茄、葡萄、柑橘、蘋果

◆12月加菜：12/9◎香Q滷蛋*1、12/23◎奶皇包*1

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)亞硫酸鹽類等其及製品，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://fatraceschool.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。