

臺北市大安區新生國民小學 115 年 5 月份學校午餐菜單

日期	星期	主食	副食			湯	水果
5/4 護眼餐	一	胚芽飯	日式蒸蛋 (液蛋)	紅燒豆腐 (豆腐, 胡蘿蔔)	有機蔬菜	羅宋湯	水果
5/5	二	蕎麥飯 (有機米)	義式香草雞肉 (雞肉, 馬鈴薯)	滷味雙拼 (蘿蔔, 豆干)	有機蔬菜	★柴魚黃瓜湯	牛奶
5/6	三	糙米飯	古早味滷肉 (豬肉, 馬鈴薯)	塔香海根 (海根, 九層塔)	時令蔬菜	枸杞時蔬湯	
5/7	四	油蔥拌麵、※香酥雞翅*1、有機蔬菜、雙色蘿蔔湯					水果
5/8	五	★香鬆飯 (芝麻)	※★香酥魚球 (鮮魚, 地瓜)	★堅果高麗菜粉絲煲 (高麗菜, 冬粉)	時令蔬菜	綠豆仙草湯	水果
5/11	一	五穀飯	豆豉肉片 (豬肉, 豆豉)	雙色花椰 (白花椰, 有機菇)	有機蔬菜	★關東煮湯 (柴魚)	水果
5/12	二	紫米飯 (有機米)	木耳玉米炒蛋 (液蛋, 玉米, 有機菇)	鮑菇豆干 (豆干, 杏鮑菇)	有機蔬菜	綠豆西米露	牛奶
5/13	三	胚芽飯	瓜仔肉 (肉末, 豆乾丁)	★堅果脆炒豆芽 (豆芽, 豆腐皮)	時令蔬菜	洋蔥湯	
5/14 護眼餐	四	小米飯	咖哩雞肉 (雞肉, 馬鈴薯)	玉米燴蘿蔔 (玉米粒, 蘿蔔)	有機蔬菜	味噌豆腐湯	水果
5/15	五	義大利茄汁肉醬麵、※★香酥虱目魚排*1、時令蔬菜、玉米濃湯					水果
5/18	一	★香鬆飯 (芝麻)	粉蒸排骨 (豬肉, 地瓜)	★蘿蔔魚羹 (蘿蔔, 魚羹)	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	水果
5/19	二	茄汁蛋炒飯(有機米, 液蛋)、香滷翅小腿*2、有機蔬菜、蘿蔔時蔬湯					牛奶
5/20	三	燕麥飯	★米醬煮魚 (鮮魚, 豆腐)	豆芽海帶絲 (海帶絲, 黃豆芽)	時令蔬菜	★大滷湯(雞蛋)	
5/21 護眼餐	四	蕎麥飯	玉米蒸蛋 (液蛋)	★堅果南瓜豆腐羹 (豆腐, 南瓜)	有機蔬菜	四神湯	水果
5/22	五	麥片飯	※椒鹽肉條 (豬肉, 馬鈴薯)	佛手瓜丸片 (佛手瓜, 貢丸)	時令蔬菜	枸杞銀耳甜湯	水果
5/25	一	★味噌什錦烏龍湯麵(柴魚)、※蜜汁雞腿*1、有機蔬菜					水果
5/26	二	糙米飯 (有機米)	★和風雞肉丼 (雞肉, 雞蛋, 柴魚)	咖哩蔬菜 (馬鈴薯, 花椰菜)	有機蔬菜	冬瓜山粉圓	牛奶
5/27	三	五穀飯	蒜泥白肉 (豬肉, 豆芽)	麻婆豆腐 (豆腐, 豬絞肉)	時令蔬菜	金茸三絲湯	
5/28	四	★芝麻飯	※★塔香魚球 (鮮魚, 馬鈴薯)	關東煮 (蘿蔔, 油豆腐)	有機蔬菜	珍菇海芽湯	水果
5/29 護眼餐	五	胚芽飯	★回鍋肉 (豬肉片, 魷魚)	★堅果木耳黃豆芽 (黃豆芽, 木耳)	時令蔬菜	玉米蔬菜湯	水果

◎ 週三供應校團隊、課後班留校用餐學生

◎ 本月蔬食餐：5/4(一)、5/12(二)、5/21(四)

◎ 本月履歷豆奶供應日：5/28

◎ 本月章Q水產品供應日：5/29 回鍋肉片提供 CAS 阿根廷魷

◎ 有標示「★」含有堅果、海鮮成分，對堅果、海鮮過敏者請避免食用

◎ 有標示「※」烹調使用油炸方式

◎ 學校午餐每週二供應有機米、每週一二四供應有機蔬菜、每天選用章Q標章生鮮食材，讓在校用餐的學生吃到來源明確、優質安全的國產農產品

您家寶貝今天吃什麼？詳見『教育部校園食材登錄平臺 2.0』歡迎各位師生上網瀏覽學校午餐菜單菜色照片

-<https://fratracesschool.moe.gov.tw/frontend/index.html>

◎ 家長如對午餐菜色、烹調口味等有相關意見請聯繫學校營養師(TEL: 23913122#326.328 或 yfwu@snes.tp.edu.tw)將即時反應給廠商改進，感謝！

學校午餐依合約規定，肉品均採用台灣國產 CAS 產品，無使用進口肉品(含豬肉、雞肉之各部位及其加工品)