

臺中市東勢區明正國小學生午餐菜單總表

115年6月 (05/06) 6/3修

日期	星期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	湯品/附餐	點心/飲品	
6/1 蔬食日	一	白米飯	家常豆腐	碎脯烘蛋	有機莧菜	巧達濃湯	芝麻奶凍	
6/2	二	紫米飯	雙色魚丁	滷雙味	翠綠青江菜	剝皮辣椒雞湯	黃金卷	
6/3 特餐日	三	麵食	日式拉麵	蠔油雞翅	有機小白菜	古早味大餅	水果	
6/4	四	五穀飯	孜然肉片	冬瓜鮮燴	翠綠油菜	雙芽蔬菜湯	餡餅(巧好)	
6/5	五	糙米飯	醬爆雞丁	竹筍炒肉絲	有機高麗菜	桂圓銀耳湯	水果	
6/8 蔬食日	一	白米飯	芝麻黑干丁	玉米炒蛋	有機荷葉白菜	鮮菇湯	水果	
6/9	二	蕎麥飯	椒鹽魚條	絲瓜麵線	翠綠油菜	大滷湯	保久乳+ 綜合堅果隨身包	
6/10 特餐日	三	米食	咖哩燴飯	照燒雞排	有機銀芽	味噌蔬菜湯	水果	
6/11	四	燕麥飯	蔥爆豬柳	小瓜花生	有機高麗菜	瓠瓜鮮菇湯	小芝麻包	
6/12	五	大麥飯	成都栗子雞	如意彩絲	蒜香空心菜	翡翠豆腐羹	原味馬來糕	
6/15 蔬食日	一	紅藜飯	三杯嫩油腐丁	起司馬鈴薯蒸蛋	有機小松菜	羅宋湯	水果	
6/16	二	麥片飯	泡菜蒸魚丁	玉米三色	蒜香空心菜	黃瓜什錦湯	小鮮肉包	
6/17 特餐日	三	米食	油飯	富貴元蹄	翠綠青江菜	竹筍排骨湯	水果	
6/18	四	十穀飯	香菇雞	海帶三絲	有機小白菜	綠豆地瓜湯	銅鑼燒	
6/19	五	端午節放假一日						
6/22 蔬食日	一	白米飯	素肉燥	茶葉蛋	有機黑葉白菜	青木瓜湯	水果	
6/23	二	小米飯	香酥烏魚	焗汁通心麵	有機銀芽	肉羹湯	鮮豆漿+ 綜合堅果隨身包	
6/24 特餐日	三	麵食	什錦麵疙瘩	滷雞腿	翠綠油菜	小饅頭雙拼	水果	
6/25	四	糙米飯	紅燒肉	芹香豆包絲	有機高麗菜	玉米穗大骨湯	冰烤地瓜	
6/26	五	蕎麥飯	冬瓜燒鴨	鮮蔬河粉	薑汁蚵白菜	蕃茄豆腐湯	水煎包	
6/29	一	(學校義煮活動)						
6/30	二	燕麥飯	日式照燒雞	白菜滷	有機銀芽	珍珠冬瓜奶	蘿蔔糕	

6/12(五)畢業典禮

6/30(二)結業式

※全面使用臺灣豬肉※