

三民家商 107年四月菜單

日期/星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果/飲品
4月2日 (一)	白飯	紅燒肉柳 豬肉 洋蔥	豆皮燴瓠瓜 瓠瓜 豆皮	炒萵苣 萵苣	紫菜蛋花湯 雞蛋 紫菜 龍骨	蘋果+古道綠 茶300ml
4月3日 (二)	校慶補休					
4月9日 (一)	白飯	三杯雞 雞丁 九層塔	肉燥銀芽 絞肉 銀芽	蒜香花菜 綠花椰 蒜頭	冬菜刺瓜湯 刺瓜 冬菜 龍骨	香吉士
4月10日 (二)	白麵	肉骨茶湯麵 肉丁 豆皮 菇 高麗菜		花枝排*1 花枝排	炒青江菜 青江菜	
4月11日 (三)	白飯	蜜汁麵腸 麵腸 芝麻	番茄炒蛋 雞蛋 番茄	炒毛豆夾 毛豆夾	鍋燒湯 白蘿蔔 火鍋條 玉米塊	義美豆漿
4月12日 (四)	糙米飯	蒜頭雞 雞丁 蒜頭 高麗菜	雙蘿燒麵輪 白蘿蔔 紅蘿蔔 麵輪	薑絲小白菜 小白菜 薑絲	白花魚丸湯 白花椰 小魚丸	
4月13日 (五)	白飯	壽喜燒肉 肉片 洋蔥	麥克雞塊*2 麥克雞塊*2	炒A菜 A菜	愛玉粉圓湯 愛玉 粉圓 砂糖	芭樂
4月16日 (一)	白飯	滷雞丁 雞丁 蘿蔔	炒粉絲 冬粉 絞肉 大白菜	油蔥萵苣 油蔥 萵苣	蕃茄蛋花湯 雞蛋 蕃茄	小Q瓶
4月17日 (二)	白飯	茄汁肉絲蛋炒飯 肉絲 雞蛋 玉米	滷味 豆干 米血 黑輪 高麗菜	炒鵝白菜 鵝白菜	味噌湯 洋蔥 海帶芽	
4月18日 (三)	白飯	炸雞腿*1 雞腿	蒸蛋 雞蛋	蒜香地瓜葉 蒜頭 地瓜葉	佛跳牆 白蘿蔔 生香菇 桶筍 龍骨	香蕉
4月19日 (四)	燕麥飯	冬瓜燻雞 雞丁 冬瓜 苟杞	客家小炒 肉絲 乾魷魚 豆干片 芹菜	芝麻油菜 油菜	麻油什錦湯 高麗菜 金針菇	
4月20日 (五)	白飯	筍香滷肉 筍乾 肉丁	刺瓜玉筍 刺瓜 玉米筍	敏豆白花 白花椰 敏豆	綠豆薏仁湯 綠豆 薏仁	葡萄
4月23日 (一)	白飯	黑胡椒肉柳 肉柳 洋蔥	高麗菜封 高麗菜 梅干菜 筍干	炒大陸妹 大陸妹	紅蘿蔔蛋花湯 雞蛋 紅蘿蔔 龍骨	鳳梨
4月24日 (二)	白麵	紅燒蕃茄豬肉湯麵 豬肉 洋蔥 蕃茄		豬肉餡餅*1 豬肉餡餅	炒大白菜 大白菜	
4月25日 (三)	白飯	蘿蔔燒肉 肉丁 蘿蔔 洋蔥	蛋燴珍菇絲瓜 絲瓜 雞蛋 金針菇	蒜香油菜 油菜	南瓜蔬菜湯 南瓜 金針菇 花椰菜	100%波蜜果汁
4月26日 (四)	芝麻飯	一品雞煲 雞丁 生香菇 寬冬粉	海結滷干丁 豆干丁 海帶結	蒜香高麗菜 高麗菜	關東煮 白蘿蔔 玉米塊 火鍋條	
4月27日 (五)	白飯	紅燒肉 肉丁 蘿蔔 洋蔥	刺瓜燴肉羹 刺瓜 肉羹	蔥油鵝白菜 鵝白菜	芋頭西米露 西谷米 芋頭小丁 砂糖	小番茄
4月30日 (一)	白飯	蒜味豬排*1 豬排	滷蛋*1 雞蛋	炒花椰菜 花椰菜	汕頭火鍋湯 高麗菜 魚丸 金針菇 芋頭	芭樂
備註：	1.四月份供應17天 2.每日供應三菜一湯，水果（飲品）3次/週，若遇特殊情形（如：颱風、缺貨、停水、停電...）經學校同意方更改菜單 3.4/11蔬食日 4.豆漿與豆製品為非基改食品					