

# 嘉義縣水上鄉柳林國民小學 105 學年度第一學期學校午餐食譜

## 第 12 週

| 月  | 11                    | 11                           | 11                            | 11                            | 11                    |
|----|-----------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------|
| 日  | 18                    | 19                           | 20                            | 21                            | 22                    |
| 星期 | 一                     | 二                            | 三                             | 四                             | 五                     |
| 主食 | 白米飯                   | 糙米飯                          | 麵條                            | 十穀米飯                          | 白米飯                   |
| 副食 | 橙汁魚丁<br>三色肉絲<br>鮮炒鵝白菜 | 咕咾排骨<br>花生小魚豆干<br>鮮炒油菜<br>水果 | 什錦炒麵<br>四季豆丸片<br>黑糖饅頭<br>蜜汁腿排 | 泰式酸辣雞<br>洋蔥鮪魚蛋<br>鮮炒高麗菜<br>水果 | 梅香燒雞<br>蒜炒三鮮<br>鮮炒青江菜 |
| 湯  | 蘿蔔排骨湯                 | 洋蔥南瓜濃湯                       | 青菜蛋花湯                         | 當歸麵線湯                         | 小魚乾豆腐<br>味噌湯          |