

小港國中 108年5月素食菜單

日期/星期		主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯	水果/飲品
5月1日	三	白飯	鐵板油腐	翡翠蒸南瓜	樹子水蓮	脆炒包心白	羅宋湯	柑橘
5月2日	四	糙米飯	毛豆干丁	雲醬高麗菜	甜椒茼蒿	炒油菜	昆布冬瓜湯	光泉豆漿
5月3日	五	調飯	醬香炒飯	五香昆布干片	雙色饅頭	紅絲綠椰	紫米紅豆湯	
5月6日	一	白飯	芹香素鴨	花生麵筋	彩燴薯丁	薑絲炒青江	素肉骨茶湯	香蕉
5月7日	二	燕麥飯	筍干燒麵輪	鴻喜綠椰	宮保百頁	炒空心菜	刺瓜素丸湯	
5月8日	三	白飯	泰式咖哩豆包	糖醋小黃瓜	薑絲海帶根	菜脯炒蛋	關東煮	鮮奶
5月9日	四	胚芽飯	三杯什錦	梅香苦瓜	白菜滷	香拌地瓜葉	腐皮紫菜湯	芭樂
5月10日	五	白飯	京都麵腸	素蟹黃豆腐	麻油高麗菜	黑椒毛豆莢	木耳粉條湯	
5月13日	一	五穀飯	素瓜子肉	客家龍鬚菜	乾燒冬粉	脆炒鵝白菜	茶壺湯	鳳梨
5月14日	二	芝麻飯	麻婆豆腐	木耳炒筍絲	奶香玉米	芝麻油菜	韓式馬鈴薯湯	
5月15日	三	白飯	榨菜干片	海苔皇帝豆	鍋燒時蔬	素蟹黃蒸蛋	擔仔什錦湯	波蜜果汁
5月16日	四	麥片飯	普羅旺斯燉菜	春川炒油腐	西芹腐竹	素蠔油萵苣	絲瓜針菇湯	香吉士
5月17日	五	白飯	什錦飯湯		素鍋貼	茶香三角油腐	脆炒小黃瓜	
5月20日	一	白飯	日式咖哩	三色烤麩	腐皮蒲瓜	脆炒青江菜	綜合素丸湯	西瓜
5月21日	二	糙米飯	京醬豆包	義式炒菇	苟杞冬瓜	香拌地瓜葉	南瓜蔬菜湯	
5月22日	三	白飯	家常腐煲	味噌燒蘿蔔	塔香海茸	芹香茼蒿	汕頭火鍋湯	優酪乳
5月23日	四	燕麥飯	黑椒雙菇	雪菜干丁	茼蒿絲瓜	芝麻空心菜	如意海芽湯	小番茄
5月24日	五	白飯	蕃茄豆腐	壽喜燒白菜	毛豆炒玉米	田園什蔬	蘑菇濃湯	
5月27日	一	胚芽飯	七味椒鹽百頁	醬燒紫茄	築前煮	薑絲油菜	海芽味噌湯	鳳梨
5月28日	二	芝麻飯	紹子豆腐	五更腸旺	絲瓜寬粉	炒鵝白菜	什菇冬瓜湯	
5月29日	三	白飯	塔香滷味	刺瓜玉筍	魚香素肉絲	麻油金針菇	米蘭蔬菜湯	豆漿
5月30日	四	麥片飯	紅燒獅子頭	地三鮮	海帶三絲	鮑菇萵苣	玉米豆薯湯	西瓜
5月31日	五	調飯	咖哩炒飯	雙色燒賣	椒香黃豆芽	脆炒敏豆	綠豆薏仁湯	

備註 1. 5月共供應23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. 豆漿與豆製品為非基改食品