

115 年寒假延長照顧班午餐表

日期	主食	主菜	副菜(素)	副菜(素)	湯品(素食)/ 飲品	全 穀 根	蛋 豆 魚 肉	蔬 菜	
1/26(一)	義大利螺旋麵	洋蔥里肌	荷包蛋		紫菜蛋花湯	V	V	V	
食材內容	番茄、花椰 菜、肉醬、螺 旋麵	洋蔥、豬 排、蔥	雞蛋		紫菜、雞蛋	V	V	V	
1/27(二)	米飯	薑燒豬肉 片	玉米炒 黃瓜	紅蘿蔔炒 蛋	蘿蔔湯	V	V	V	
食材內容	白米	豬肉、薑 片、紅蘿 蔔丁	玉米、 蒜、黃 瓜	紅蘿蔔、 雞蛋	蘿蔔、高麗 菜	V	V	V	
1/28(三)	米飯	煙燻雞翅	蒜香菠 菜	西洋芹炒 豆包	餛飩 2 白菜 湯	V	V	V	
食材內容	白米	雞翅	蒜、菠 菜	豆包、西 洋芹、紅 蘿蔔、香 菇	豬肉、餅 皮、白菜、 油蔥酥	V	V	V	
1/29(四)	米飯	滷肉燥貢 丸	蝦米炒 大白菜	玉米炒蛋	湯筍片湯	V	V	V	
食材內容	白米	豬肉(CAS 冷凍絞 肉)、油蔥 酥、醬 油、貢丸	蝦米、 薑、大 白菜	玉米、雞 蛋	湯筍	V	V	V	
1/30(五)	什錦炒麵		小雞塊 2		豆薯雞蛋湯	V	V	V	
食材內容	肉絲、高麗 菜、紅蘿蔔 絲、雞蛋、麵		雞塊		豆薯、雞蛋	V	V	V	
2/2(一)	米飯	紅燒獅子 頭	蒜蓉大 陸妹	悶冬瓜	味增湯	V	V	V	
	白飯	洋蔥、獅 子頭、紅 蘿蔔、瓜 黃	蒜、大 陸妹	蒜、薑、 冬瓜、蔥 段	豆腐、海帶 芽、味增 醬、洋蔥、 小魚乾	V	V	V	

2/3(二)	白飯	沙茶豬肉 絲燴油菜	炒高麗 菜	九層塔炒 海帶戎	綠豆湯	V	V	V	
	白米	肉絲、油 菜、沙茶	高麗 菜、 蒜、紅 蘿蔔絲	九層塔、 海帶戎、 龍蘿蔔絲	綠豆	V	V	V	
2/4(三)	鍋燒意麵				果汁	V	V	V	
	肉絲、雞蛋、 白菜、魚丸、 意麵、蟹味棒					V	V	V	