

臺南市龍崎國小 2025年01月午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐1	附餐2
1/1	三	元旦假日						
1/2	四	糙米飯	滷雞腿	炒三鮮	有機蔬菜	白玉排骨湯	黃金奇異果	統一奶酪 可可亞奶 酪玉米片
1/3	五	紅藜飯	冬瓜海帶燉肉	醋溜馬鈴薯	有機蔬菜	香菇雞湯	六甲田莊保久 乳	
1/6	一	麥片飯	洋蔥豬柳	螞蟻上樹	有機蔬菜	番茄蛋花湯	福樂高鈣保久 乳	
1/7	二	小米飯	鮮蔬石班	鮪魚聰明蛋	有機蔬菜	味增柴魚豆 腐湯	香蕉	
1/8	三	鍋燒意麵	鍋燒意麵湯底	關東煮			黑豆漿	檸檬蛋糕
1/9	四	糙米飯	和風咖哩蘋果雞	蒜炒雙花	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	芭樂	
1/10	五	紅藜飯	蘿蔔滷肉	彩椒炒雞柳	有機蔬菜	牛蒡蔬菜湯	開元職人牛奶	
1/13	一	麥片飯	金瓜仔肉	蝦皮滷白菜	有機蔬菜	豆薯蛋花湯	光泉保久乳	
1/14	二	小米飯	糖醋豆包	炒什錦菇	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	柳丁	
1/15	三	鐵板麵	野菇白醬嫩雞義 大利麵	蒜炒雙花		玉米濃湯	黑芝麻豆漿	丹麥菠蘿
1/16	四	糙米飯	梅子雞冬	麻婆豆腐	有機蔬菜	山藥排骨湯	紅小番茄	
1/17	五	紅藜飯	佛跳牆	滷雞翅	有機蔬菜	紅豆小湯圓	東海大學保久 乳	
1/20	一	餐盒					平安蘋果	黑糖豆花

一、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，如學生有以上食材飲食禁忌，請務必告知導師。本周菜單已預先上傳至教育部校園食材登錄平臺

<https://fatraceschool.k12ea.gov.tw/frontend/>，請師生家長多加利用。

二、本校營養午餐一律採用、國產豬肉及其製品。

三、如遇特殊情形(颱風、退貨、物價)將調整菜單。

四、當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準

五、供餐學校：歸南國小中央廚房