

臺南市龍崎區龍崎國小 2025年06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
6/2	一	麥片飯	洋蔥豬柳	彩蔬炒蛋	有機奶白	排骨番茄湯	職戀人保久乳	
6/3	二	小米飯	西西里蒸魚	豆瓣炒海帶根	有機味美	紅豆芝麻湯	香蕉	
6/4	三	白米飯	雞肉絲飯	沙茶芥藍		海帶芽蛋花湯	正康豆漿	晨光莓果核桃吐司
6/5	四	糙米飯	杏鮑菇燒雞	金針菇炒肉絲	有機莧菜	筍絲肉絲湯	蘋果	
6/6	五	紅藜飯	肉燥鷓鴣蛋	滷白菜	有機黑葉	蒜頭雞湯	沃樂式保久乳	
6/9	一	麥片飯	和風咖哩豬	雞茸玉米粒	有機空心	冬瓜排骨湯	福樂100%生乳保久乳	
6/10	二	小米飯	梅乾滷車輪	菜圃炒蛋	有機青江	味增鮮魚湯	火龍果	
6/11	三	鐵板麵	野菇白醬嫩雞 義大利麵	蒜拌青花		玉米蛋花湯	芝麻豆漿	四寶堅果
6/12	四	糙米飯	滷雞腿	什錦大黃瓜	有機蚵白	紫菜豆腐湯	香蕉	
6/13	五	紅藜飯	豆薯排骨	鳳梨木須肉片	有機奶白	瓜仔雞湯	光泉保久乳	
6/16	一	麥片飯	味增肉片	螞蟻上樹	有機莧菜	海帶玉米湯	鮮乳坊保久乳	
6/17	二	小米飯	三杯杏鮑菇	番茄蛋豆腐	有機黑葉	絲瓜麵線湯	黃金奇異果	
6/18	三	白米飯	鯖魚拌飯	炒什錦菇		大黃瓜排骨湯	光泉豆漿	蔓越莓奶酥
6/19	四	糙米飯	梅子雞夏	鮮竹筍肉絲	有機小松	蕃茄洋蔥味噌湯	芭樂	
6/20	五	紅藜飯	紅燒腱肉	玉米洋芋	有機青江	香菇雞湯	福樂高鈣低脂保久乳	
6/23	一	麥片飯	打拋豬肉	小黃瓜黑輪	有機空心	山藥排骨湯	東海大學保久乳	
6/24	二	小米飯	什錦燴豆腐	洋蔥炒蛋	有機奶白	綠豆薏仁湯	巨峰葡萄	
6/25	三	鍋燒意麵	鍋燒意麵湯底	蒜炒白花菜			陽光樂黑豆乳	萬歲牌綜合鮮果
6/26	四	糙米飯	山藥滷雞	醋溜馬鈴薯	有機味美	金針菇蛋花湯	香蕉	
6/27	五	紅藜飯	滷豬排	生炒花枝	有機黑葉	鳳梨苦瓜雞湯	台東初鹿保久乳	
6/30	一						餐盒	玫瑰蘋果

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://fatracesschool.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。