



昱品美食股份有限公司

10月午餐菜單總表-教大實小



週次	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日
	五穀飯 鐵路大排 玉米炒蛋 義式洋芋 新鮮時蔬 海芽鮮菇湯	大麥仁飯 泰式打拋肉 滷白菜 柴香花枝丸 健康時蔬 綜合湯	白飯 香菇雞 芝麻豆干 蝦米葫瓜 美味時蔬 鮮筍排骨湯	三杯鮮菇炒飯 咔啦雞翅 金瓜炒蛋 菠蘿包 田園時蔬 養生湯	燕麥飯 咖哩凍豆腐 蜜燒海結 五香滷蛋 有機時蔬 番茄鮮蔬湯
第二週	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日
			白飯 蒜泥肉片 東山滷味 培根高麗 美味時蔬 蒲瓜排骨湯	蘑菇鐵板麵 脆皮嫩魚 紅油炒手 鮮瓜燴魷魚 田園時蔬 綠豆湯	糙米飯 素燥干丁 夯地瓜 洋蔥炒蛋 有機時蔬 和風芽菜湯
第三週	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
	燕麥飯 麻油雞 鮮菇蒸蛋 焗汁洋芋 新鮮時蔬 木耳鮮蔬湯	糙米飯 紅燒肉 大阪燒高麗 油蔥福州丸 健康時蔬 黃金濃湯	白飯 野菇燉雞 塔香海茸 豚香花椰 美味時蔬 大瓜丸片湯	香鬆炒飯 黃金雞排 港式蘿蔔糕 銀芽燒肉絲 田園時蔬 肉骨茶湯	胚芽飯 蔥花炒蛋 田園四色 咕咾豆腐 有機時蔬 綠豆海芽湯
第四週	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
	五穀飯 蒜泥白肉 蒜香豆干 鮮瓜總匯 新鮮時蔬 味噌湯	燕麥飯 海南雞 彩虹鮮捲 咖哩洋芋 健康時蔬 冬瓜排骨湯	白飯 沙茶肉片 日式關東煮 拌雙絲 美味時蔬 營養菇菇湯	肉絲炒麵 鹽酥雞 草莓餐包 蛋酥高麗 田園時蔬 燕麥可可	大麥仁飯 香滷豆包 螞蟻上樹 紅絲炒蛋 有機時蔬 玉米燉湯
第五週	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
	胚芽飯 壽喜燒肉片 五更豆腐煲 海苔烤地瓜 新鮮時蔬 蘑菇濃湯	多穀飯 洋蔥豬柳 客家小炒 佛跳牆 健康時蔬 清燉蘿蔔湯			

※※所有豬肉均使用臺灣豬肉※※

★標示為校園午餐大賽得獎菜色

※※每月擇日提供一次國產驗證豆漿※※