

113年10月份景美午餐葷食菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果或校園食品
10月1日	二	有機白米飯	奶香燉雞(奶)	南瓜炒蛋		羅宋湯	
10月2日	三	薏仁飯	蒜泥白肉	客家小炒		薑絲海芽湯	
10月3日	四	廣州炒飯	照燒雞	彩椒花椰		枸杞冬瓜湯	
10月4日	五	紫米飯	咖哩豬	白菜粉絲煲		豆花甜湯(堅)	
10月7日	一	小米飯(有機)	親子丼	家常扁蒲		玉米大骨湯	有機黑木耳
10月8日	二	有機白米飯	豆瓣魚	醋溜木耳		冬瓜粉圓甜湯	保久乳
10月9日	三	麥片飯	黑胡椒豬柳	脆炒豆芽		客家米粉湯	
10月10日	四			國慶日放假一天			
10月11日	五	烏龍麵(乾)	瓜仔肉燥	洋蔥炒蛋(奶)		蘿蔔大骨湯	
10月14日	一	紅藜麥飯	和風雞丁	南瓜佃煮		綠豆薏仁湯	保久乳
10月15日	二	菜脯火腿蛋炒飯(有機)	豆豉燉肉	開陽白菜		味噌湯	
10月16日	三	蕎麥飯	蔥油雞	香滷海帶結		黃芽大骨湯	
10月17日	四	胚芽飯(有機)	梅干扣肉	番茄炒蛋		洋芋大骨湯	
10月18日	五	薏仁飯	地瓜燒雞	關東煮		玉米濃湯(奶)	
10月21日	一	泰式炒河粉	★酥炸豬排*1	泰式酸甜蛋		金針大骨湯	
10月22日	二	有機白米飯	咕咾雞丁	醬燒冬瓜		柴魚洋蔥湯	保久乳
10月23日	三	糙米飯	馬鈴薯燉肉	塔香海根		筍片大骨湯	
10月24日	四	薏仁飯	紅燒雞丁	佛跳牆(堅)		椰奶西米露(奶)	
10月25日	五	蕎麥飯(有機)	★莎莎魚丁	螞蟻上樹		芹香蘿蔔湯	
10月28日	一	小米飯	娘惹雞(奶)	小瓜玉米		田園蔬菜湯	豆奶
10月29日	二	有機白米飯	打拋菇菇	滑嫩蒸蛋		香菇雞湯	
10月30日	三	胚芽飯	沙茶肉片	蒜香高麗菜		榨菜肉絲湯	
10月31日	四	麥片飯	☆蜜汁雞翅*1(堅)	鮮燴黃瓜		仙草蜜	