

【大聚便當有限公司】

大路關國中小

110年2月營養午餐

日期	主食	主菜	副菜1	副菜2	湯	附餐	全穀雜糧類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	油脂類(份)	附餐	熱量
2/22 <一>	糙米飯	洋芋燉肉	三色炒蛋	脆炒青菜	日式味噌湯	水果	5.4	2.6	1.5	2.5	1	783
2/23 <二>	糙米飯	香滷雞塊	燴三絲	有機青菜	黃瓜龍骨湯		5	2.6	1.7	2.5		696
2/24 <三>	麵條	茄汁玉米醬	豬排	脆炒青菜	蘿蔔雞肉湯		5.2	3	1.3	2.5		744
2/25 <四>	糙米飯	三杯雞	銀芽肉絲	脆炒青菜	海帶龍骨湯	水果	5.3	2.2	1.6	2.5	1	749
2/26 <五>	五穀飯	蘑菇豬柳	蔬菜冬粉	脆炒青菜	紅豆湯圓		5.7	2.2	1.5	2.5		714

食譜設計：

營養師 陳又菁

執行秘書：

午餐執行秘書 王麗菱

校長：

東臺立大路關國民中小學校長 林群智

※本校一律使用國產豬、牛肉※

【大聚便當有限公司】

素食

大路關國中小

110年2月營養午餐

日期	主食	主菜	副菜1	副菜2	湯	附餐	全穀雜糧類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	油脂類(份)	附餐	熱量
2/22 <一>	糙米飯	洋芋素燒	黑胡椒毛豆	脆炒青菜	日式味噌湯	水果	5.4	2.6	1.5	2.5	1	783
2/23 <二>	糙米飯	香滷油腐	燴三絲	有機青菜	黃瓜湯		5	2.6	1.7	2.5		696
2/24 <三>	麵條	茄汁玉米醬	牛蒡排	脆炒青菜	蘿蔔湯		5.2	3	1.3	2.5		744
2/25 <四>	糙米飯	三杯鮑菇	銀芽素絲	脆炒青菜	海帶湯	水果	5.3	2.2	1.6	2.5	1	749
2/26 <五>	五穀飯	番茄豆皮燒	蔬菜冬粉	脆炒青菜	紅豆湯圓		5.7	2.2	1.5	2.5		714

食譜設計：

營養師陳又菁

執行秘書：

午餐執行秘書王麗菱

校長

屏東縣立大路關國民中小學校長林群智