

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯品	附餐	主食類	豆類類	油脂類	蛋類類	熱量
1	二	肉鬆蓋飯	★炸~脆皮炸雞腿 雞腿(炸)	三色歐姆蛋 蛋,紅蘿蔔,青豆仁(燴)	野蕈炒花椰 菇類,花椰菜(炒)	有機蔬菜	日式酸辣湯 竹筍,豆腐,豬血	水果	4.8	2.9	2.4	2.2	717
2	三	香 Q 米飯	黑胡椒醬佐豬排 黑胡椒,豬肉(煮)	淡水阿給 阿給(煮)-每人 1 個	翠綠茼蒿 鮮菇,茼蒿(煮)	青菜	田園雞湯 竹筍,雞肉		4.9	2.8	2.3	2.4	717
3	四	地瓜飯	黑胡椒雞柳 洋蔥,雞肉(炒)	★轟炸海苔波浪薯條 薯條(炸)	白菜滷 大白菜,豆皮(煮)	青菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜,薏仁	水果	4.9	2.9	2.4	2.2	724
7	一	香 Q 米飯	★炸~雙層乳酪夾心脆皮豬排 豬排(炸)	蔥爆香干肉絲 豆干,肉絲(炒)	鮮菇百匯高麗 菇類,高麗菜(炒)	青菜	鄉村排骨湯 結頭菜,排骨		4.9	2.9	2.3	2.2	719
8	二	主廚蛋炒飯【蔬食日】	大根燒車輪 蘿蔔,雞輪(燴)	焗烤普羅旺斯時蔬 玉米,洋芋,青豆仁(烤)	甜蔥炒寬粉 寬冬粉,洋蔥(炒)	有機蔬菜	濃~黑糖芋圓QQ冬瓜露 芋圓,冬瓜茶	水果 可脆皮菠蘿	4.9	2.8	2.2	2.4	712
9	三	雜糧飯	哈燒 HOT~檸檬香烤雞翅 檸檬雞翅(烤)	清甜樹薯炒蛋 豆腐,蛋(炒)	脆芹海味絲 芹菜,海帶(炒)	青菜	薏仁排骨湯 薏仁,排骨		4.8	3.0	2.2	2.2	715
10	四	燕麥飯	九層塔香燒雞球 九層塔,雞肉(煮)	★炸~黃金芋泥球 芋泥球(炸)-每人 2 個	五味如意芽 豆芽菜,紅蘿蔔(炒)	青菜	鮮瓜大骨湯 鮮瓜,大骨	水果	4.8	2.8	2.4	2.4	714
11	五	芝麻海苔飯	韓式泡菜豚肉排 泡菜,肉片(煮)	開陽蒲瓜 扁蒲,蝦米(煮)	板烤豚肉餡餅 豬肉餡餅(烤)-每人 2 個	青菜	南瓜濃湯 南瓜,洋芋,蛋		4.8	2.9	2.4	2.4	722
14	一	地瓜蒸飯	茴香滷雞排 雞排(滷)	老街滷味拼盤 蘿蔔,豆干,海帶(滷)	蝦香燴鮮瓜 時瓜,雞絲(煮)	青菜	羅宋湯 蕃茄,洋蔥		4.9	2.9	2.3	2.2	719
15	二	糙米飯	巴比 Q 烤醬豚肉 洋蔥,肉片(煮)	爭鮮雞蛋蒸 蛋(蒸)	培根包心甘藍 培根,高麗菜(煮)	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米,洋芋,蛋	水果	5.0	2.8	2.2	2.3	717
16	三	香 Q 米飯	歐風香草豬肋排 豬肋排(滷)	蒸~豚肉紫米珍珠丸 珍珠丸(蒸)-每人 2 個	碧玉大瓜豚肉 時瓜,肉片(炒)	青菜	韭菜豬血湯 韭菜,豬血		4.9	2.8	2.3	2.2	712
17	四	和風鍋燒烏龍麵	★香酥帶卵柳葉魚 柳葉魚(炸)-每人 2 個	油淋肉燥雞絲 雞肉(煮)	鍋燒白菜 白菜,紅蘿蔔(煮)	青菜	紅豆西米露+QQ 茼蒿 紅豆,西谷米,茼蒿	水果	4.9	3	2.3	2.2	727
18	五	香 Q 米飯	麻油香菇雞 香菇,雞肉(煮)	紅燒獅子頭 獅子頭,時蔬(煮)	醬燒雙結 海帶結,百頁結,紅蘿蔔(煮)	青菜	蘿蔔大骨湯 紅白蘿蔔		4.8	2.9	2.4	2.4	722
21	一	芝麻海苔飯	港式叉燒肉 叉燒肉(烤)	冬瓜鮮菇 冬瓜,菇類(煮)	塔香燒豆腐 九層塔,豆腐(煮)	青菜	玉米鮮蔬湯 玉米,絞肉,紅蘿蔔		4.8	2.9	2.3	2.3	715
22	二	蔥燒蘑菇鐵板麵	★炸!脆皮雞腿排 雞腿排(炸)	哈燒 HOT~美式熱狗 熱狗(烤)-每人 2 個	鮮繪綠花椰 木耳,花椰菜,紅蘿蔔(煮)	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 海帶芽,蛋	水果	4.9	2.9	2.3	2.1	717
23	三	香 Q 米飯	碳烤包心雞肉捲 雞肉捲(烤)	燒~柴魚海苔花枝丸 花枝丸(燒)-每人 2 個	野蕈高麗菜 菇類,高麗菜(炒)	青菜	榨菜肉絲湯 榨菜,肉絲,冬粉		4.8	2.8	2.4	2.3	712
24	四	地瓜飯	照燒醬佐香雞排 雞排(滷)	蕃茄炒蛋 蕃茄,蛋(炒)	★梅粉~搖搖地瓜薯條 梅子粉,地瓜薯條(炸)	青菜	綠豆 QQ 粉圓撞奶 綠豆,粉圓	水果	4.9	2.8	2.3	2.2	712
25	五	糙米飯	甜蔥燴魚球 蔥花,魚肉(煮)	三角油豆腐 油豆腐,紅蘿蔔(煮)	芋香四色 芋頭,玉米,洋芋(煮)	青菜	枸杞冬瓜雞湯 冬瓜,雞肉		5	2.8	2.3	2	714
28	一	香 Q 米飯	★炸~唐揚炸雞 雞肉(炸)	香蔥炒蛋 洋蔥,蛋(炒)	脆炒敏豆 敏豆,木耳(煮)	青菜	黃芽肉絲湯 黃豆芽,肉絲		5.0	2.8	2.2	2.3	717
29	二	海苔肉鬆蓋飯	和風燒肉 時蔬,肉丁(燒)	木須鮮筍 鮮筍,鮮蔬(煮)	沙嗲春雨粉絲 時蔬,絞肉,冬粉(煮)	有機蔬菜	小魚豆腐湯 小魚干,豆腐,海帶芽	水果	4.9	2.9	2.3	2.1	717
30	三	香 Q 米飯	照燒雞塊 芝麻,雞肉(煮)	芹香甜不辣 甜不辣,時蔬(煮)	芋香砂鍋白菜 芋頭,白菜(煮)	青菜	膠原海結湯 海帶結		4.8	2.8	2.4	2.3	712

土城國小 4 月份學童午餐供餐日期及收費如下

一、二年級	1.8.15.22.29 【實驗課程 3.10.17.24】	5 【4】	225	180
三、四年級	1.3.7.8.10.14.16.17.21.23.24.28.29 【實驗課程 2.9.16.23.30】	13 【5】	585	225
五、六年級	1.2.3.7.8.9.10.14.15.16.17.21.22.23.24.28.29.30 【實驗課程 11.18.25】	18 【3】	810	135