

## 嘉義市立玉山國民中學114年12月營養午餐日菜單

廠商：佳隆農畜實業有限公司

日期	星期	主食	主菜	配菜1	配菜2	湯	水果	備註
12月1日	一	南瓜飯	白菜燒魚丁	花生麵筋	鐵板銀芽	蘿蔔排骨湯		
12月2日	二	糙米飯	香蔥燒肉	蒲瓜炒什錦	炒大陸妹	豆腐鍋	水果	
12月3日	三	嘉義幸福米	香滷雞翅	雪裡紅肉燥	炒油菜	粿仔條湯	水果	班班有鮮奶
12月4日	四	特餐	鮮筍肉羹麵	豬肉餡餅	炒小白菜		水果	班班有鮮奶
12月5日	五	五穀飯	冬菜鴨肉	筍絲炒蛋	炒高麗菜	冬瓜仙草凍		
12月8日	一	南瓜飯	麻油雞	麻婆豆腐	炒大陸妹	蘿蔔排骨湯		
12月9日	二	小米飯	香酥鯖魚	生炒花枝羹	炒小白菜	玉米蛋花湯	水果	
12月10日	三	嘉義幸福米	滷肉燥	海帶素肉	炒高麗菜	小魚乾味噌湯	水果	班班有鮮奶
12月11日	四	紅藜飯	蘿蔔燒肉	高麗菜炒培根	蒜香油菜	檸檬愛玉	水果	班班有鮮奶
12月12日	五	特餐	義大利麵	鍋貼(*2)	鐵板銀芽	玉米濃湯		校慶
12月15日	一	地瓜飯	洋蔥豬柳	肉末筍茸	炒大陸妹	蘿蔔排骨湯		光泉國產豆奶
12月16日	二	紫米飯	糖醋魚丁	蔬菜回鍋肉	炒芥藍菜	關東煮湯	水果	
12月17日	三	嘉義幸福米	蔥燒雞腿	蛋酥白菜滷	蒜香油菜	黃瓜排骨湯	水果	班班有鮮奶
12月18日	四	特餐	臘味炒飯	雞柳條	炒高麗菜	酸辣湯	水果	班班有鮮奶
12月19日	五	白米飯	梅干扣肉	冬瓜肉片	炒小白菜	紅豆紫米		
12月23日	二	五穀飯	肉燥油腐	芝麻球	炒芥藍菜	榨菜肉絲湯	水果	
12月24日	三	嘉義幸福米	虱目魚柳	蕃茄炒豆腐	炒高麗菜	紅棗蘿蔔排骨湯	水果	班班有鮮奶
12月26日	五	白米飯	糖醋雞肉	玉米洋芋	炒油菜	綠豆薏仁湯		
12月29日	一	白米飯	筍乾豬腳	炸物	炒油菜	黃瓜排骨湯		
12月30日	二	紫米飯	三杯雞	菜脯炒蛋	炒高麗菜	小魚乾味噌湯	水果	
12月31日	三	嘉義幸福米	虱目魚排	泡菜肉片	蒜香油菜	玉米蛋花湯	水果	班班有鮮奶

\*菜單有時會隨食材配送狀況微調。

※本校一律使用國產豬肉食材。

※請自行審視：「本菜單產品如含有不適合對其過敏體質者不宜食用」