

105 學年度(上)國民小學 1 月素食循環菜單(尚好)

日期	星期	循環別	主食	主菜	副菜一	蔬菜	湯品類	水果
3	二	T2	白米飯	味噌豆腐	木須瓜粒	蔬菜	蕃茄蛋花湯	
4	三	T3	芝麻飯	滷豆包	脆拌雙絲	蔬菜	冬瓜西米露	
5	四	T4	拌飯特餐	滷蛋	拌飯配料	蔬菜	薑絲海芽湯	V
6	五	T5	白米飯	洋芋干片	銀蘿毛豆	蔬菜	木須豆腐湯	
9	一	U1	糙米飯	帶結凍腐	黑椒季豆	蔬菜	時蔬蛋花湯	
10	二	U2	白米飯	滷蛋	家常豆腐	蔬菜	菜頭湯	
11	三	U3	刈包特餐	刈包配料	鮮炒玉菜	蔬菜	炊粉湯	
12	四	U4	胚芽米	蒸/炒蛋	碎脯干丁	蔬菜	枸杞銀耳湯	V
13	五	U5	白米飯	紅燒豆腐	雙色花椰	蔬菜	紫菜蛋花湯	
16	一	A1	糙米飯	刈薯炒蛋	粉絲煲	蔬菜	酸菜豆皮湯	
17	二	A2	白米飯	香燒豆干	芹香豆芽	蔬菜	珍菇蛋花湯	
18	三	A3	紫米飯	筍干凍腐	紅仁蒸/炒蛋	蔬菜	仙草甜湯	
19	四	A4	拌飯特餐	滷蛋	拌飯拌料	蔬菜	三絲羹湯	V