

南州國小111年4月份菜單

日期	星期	主食	生菜	副菜	青菜	湯	水果	數量 每份	單位 每份	備註 每份	估價 每份	總計 每份
4月1日	五	芝麻飯	蜜汁燒雞	雜菜冬粉	季節時蔬	羅宋湯		5	2.0	1.4	2.5	648
4月4日	一											
4月5日	二											
4月6日	三		飯湯	炸紅糟豬排*1	飯湯料			5	2.3	1.3	2.5	668
4月7日	四	參片飯	味噌燒肉	麻婆豆腐	季節時蔬	綠豆米苔目		5	3.0	1.3	2.5	780
4月8日	五	紫米飯	三杯雞	白花燴鮮魷	季節時蔬	豆薯雞湯		5	2.0	1.6	2.5	653
4月11日	一	白米飯	塔香豆包*1	馬鈴薯炒蛋	季節時蔬	酸辣湯	蔬食日	5	2.9	1.5	2.5	718
4月12日	二	糙米飯	茄汁魚丁	關東煮	有機蔬菜	海芽黑輪湯	水果	5	2.2	1.6	2.5	728
4月13日	三		金沙鹹粥	蔥燒翅小腿*2		粥料		5	2.1	1.4	2.5	655
4月14日	四	小米飯	香菇肉燥	銀芽炒肉絲	季節時蔬	黃瓜龍骨湯	水果/鮮切	5	2.2	1.8	2.5	853
4月15日	五	地瓜飯	蔥爆豬柳	咖哩總匯	季節時蔬	冬瓜肉絲湯		5	2.0	1.4	2.5	648
4月18日	一	白米飯	泡菜凍豆腐	洋葱炒蛋	季節時蔬	豆薯金針湯	蔬食日	5	2.0	1.4	2.5	648
4月19日	二	糙米飯	馬鈴薯燉肉	榨菜炒干片	有機蔬菜	大頭菜湯	水果	5	2.7	1.6	2.5	765
4月20日	三		紅燒豬肉麵	茶葉蛋*1		湯料		5	2.1	1.5	2.5	658
4月21日	四	胚芽飯	麻油肉片	黃瓜炒肉絲	季節時蔬	鳳梨銀耳山粉圓	水果	5	2.1	2.0	2.5	730
4月22日	五	紫米飯	避風塘炸雞	寧波年糕	季節時蔬	紫菜蛋花湯		5	2.1	1.5	2.5	658
4月25日	一	白米飯	什錦滷味	雙色炒蛋	季節時蔬	青菜雞蛋湯	蔬食日	5	2.4	1.5	2.5	680
4月26日	二	糙米飯	椰香咖哩雞	肉末冬瓜片	有機蔬菜	味噌豆腐湯	水果	5	2.0	1.7	2.5	715
4月27日	三		和風野菇炊飯	香滷雞排*1		白菜蛋花湯		5	2.5	1.6	2.5	690
4月28日	四	薏仁飯	糖醋燒排骨	百頁綠花椰	季節時蔬	黃瓜雞湯	水果	5	2.2	1.8	2.5	733
4月29日	五	五穀飯	義式蕃茄肉片	胡麻豆芽	季節時蔬	高麗菜粉絲湯		5	2.0	1.7	2.5	655

清明連假

營養師：李佩伊
 營養午餐哪裡來
 學會認識三章一Q
 南州國小111年4月份菜單
 本校午餐一律供應國產豬肉食材



AS
ASIA SUPERMARKET



TAINAN
TAINAN ORGANIC



QR CODE
0101000001

標章明確 安全又放心

原料使用可追溯之國產農產品。
 衛生安全符合標準。
 品質優良符合標準。
 包裝標示符合規定。

有機農產品

不施用化學肥料及化學農藥，不使用基因改造生物及其產品。
 生產環境遠離過量土壤及水流的污染。
 每個有機農產品均進行抽驗。

國產農產品

三方驗證
 1. 國產公司
 2. 國產工廠
 3. 可追溯
 這些農產品從生產到分銷流通到加工，每個環節均進行抽驗。

台灣農產生產追溯

生產者：透過生產資訊揭露，增加消費者對農產品安全之信任。
 消費者：可溯源了解所購買的農產品生產來源，如農產品安全事件，可快速追溯產品來源，降低回收風險。