



114年3月份早餐菜單 葫蘆.社子.富安國小

日期	星期	早餐		熱量 (大卡)	全穀雜糧類 (份)	豆魚 蛋肉類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂與 堅果種子類 (份)	奶類或乳製 品(份)
3月3日	週一	蔥蛋吐司	牛奶	401.5	4.1	0.8	0.2	0.1	0.3
3月4日	週二	香菇肉粥	滷蛋*1	381.0	4.2	1.0	0.3	0.1	0.0
3月5日	週三	鍋貼*5	大滷湯	378.5	4.0	1.0	0.4	0.3	0.0
3月6日	週四	熱狗大亨堡	黑糖牛奶	349.0	3.5	0.6	0.2	0.2	0.3
3月7日	週五	麻醬麵	玉米蘿蔔湯	343.5	4.2	0.5	0.3	0.1	0.0
3月10日	週一	饅頭夾蛋	豆漿	416.5	4.0	1.0	0.3	0.2	0.3
3月11日	週二	豬肉炒麵	蘿蔔湯	348.0	4.2	0.5	0.3	0.2	0.0
3月12日	週三	炒蛋吐司	巧克力牛奶	428.5	4.1	1.0	0.5	0.2	0.3
3月13日	週四	水餃*6	鮮蔬金菇湯	352.5	3.5	0.8	1.0	0.5	0.0
3月14日	週五	薯餅蛋漢堡	冬瓜牛奶	412.5	4.0	1.0	0.5	1.0	0.0
3月17日	週一	香雞堡	牛奶	418.5	4.0	1.0	0.2	0.3	0.3
3月18日	週二	肉蓉蛋炒飯	蕃茄豆腐湯	357.0	4.0	0.8	0.5	0.1	0.0
3月19日	週三	小籠湯包*5	紅豆牛奶	440.0	3.9	1.2	0.2	0.6	0.3
3月20日	週四	玉米肉末粥	滷蛋*1	369.5	4.4	0.6	0.3	0.2	0.0
3月21日	週五	鮭魚蛋吐司	米豆漿	391.5	4.0	1.2	0.5	0.2	0.0
3月24日	週一	大肉包*1	大滷湯	393.0	4.2	1.0	0.6	0.2	0.0
3月25日	週二	蔥蛋漢堡	巧克力牛奶	426.0	4.0	1.0	0.5	0.3	0.3
3月26日	週三	燒賣*5	米漿	365.5	4.2	0.5	1.0	0.2	0.0
3月27日	週四	火腿蛋吐司	麥香牛奶	435.5	4.2	1.0	0.5	0.2	0.3
3月28日	週五	味噌湯拉麵	小銀絲卷*1	367.0	4.5	0.5	0.4	0.1	0.0
3月31日	週一	培根炒蛋漢堡	豆漿	388.0	4.3	1.0	0.3	0.1	0.0

1. 菜單中標示數量之餐點，依訂餐人數準備份數，請勿多取用。

2. 供餐時間為7:20-7:50，請於7:40前抵達餐廳。

3. 用餐地點在B1餐廳，原則上在餐廳吃完，勿將早餐帶回教室。

4. 用餐者若超過7:45才到達餐廳，則以外帶方式領用，8:00後停止供應，逾時者不予退費。

5. 餐費：40元/餐

葫蘆國小營養師：黃柏欣

統鮮美食營養師：曾彥慈

服務電話：02-2811-4996

豬肉原產地(國)：臺灣



茲收到 年 班 號 學生： 113年月份早餐費 \$ 840元(每餐40元，共21餐)

收費日期

經手人