



113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 蛋白質類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂與 堅果種子類 (份)	奶類或乳製 品(份)
3月1日	週五	饅頭夾蛋	冬瓜牛奶	371.5	4.0	1.0	0.3	0.2	0.0
3月4日	週一	蔥蛋吐司	牛奶	401.5	4.1	0.8	0.2	0.1	0.3
3月5日	週二	皮蛋瘦肉粥	滷蛋*1	381.0	4.2	1.0	0.3	0.1	0.0
3月6日	週三	鍋貼*5	大滷湯	378.5	4.0	1.0	0.4	0.3	0.0
3月7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8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11日	週一	台式炒飯	海芽蛋花湯	353.0	4.2	0.5	0.5	0.2	0.0
3月12日	週二	咖哩炒麵	蘿蔔湯	348.0	4.2	0.5	0.3	0.2	0.0
3月13日	週三	洋蔥蛋吐司	巧克力牛奶	428.5	4.1	1.0	0.5	0.2	0.3
3月14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15日	週五	薯餅蛋漢堡	麥香牛奶	457.5	4.0	1.0	0.5	1.0	0.3
3月18日	週一	香雞堡	牛奶	418.5	4.0	1.0	0.2	0.3	0.3
3月19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20日	週三	小籠湯包*5	紅豆牛奶	395.0	3.9	0.6	0.2	0.6	0.3
3月21日	週四	玉米肉末粥	小饅頭*1	369.5	4.4	0.6	0.3	0.2	0.0
3月22日	週五	鮪魚蛋吐司	米豆漿	391.5	4.0	1.2	0.5	0.2	0.0
3月25日	週一	蘿蔔糕	大滷湯	393.0	4.2	1.0	0.6	0.2	0.0
3月26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27日	週三	燒賣*5	玉米濃湯	375.5	4.2	0.5	0.2	0.2	0.2
3月28日	週四	培根蛋吐司	麥香牛奶	435.5	4.2	1.0	0.5	0.2	0.3
3月29日	週五	味噌湯拉麵	小銀絲卷*1	353.0	4.3	0.5	0.4	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

豬肉原產地(國)：臺灣

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

茲收到 年 班 號 學生： 113年3月份早餐費 \$ 840 元(每餐40元，共21餐)

收費日期

經手人