

# 百齡國小11212月份早餐



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1日
+	+	+	+	肉鬆麵包+鮮奶
12月4日	12月5日	12月6日	12月7日	12月8日
銀絲捲+紫菜蛋花湯	皮蛋瘦肉粥	奶油餐包+味噌湯	水餃+酸辣湯	牛角麵包+豆漿
12月11日	12月12日	12月13日	12月14日	12月15日
冰烤蕃薯+豆漿	蜂蜜蛋糕+優酪乳	鍋燒意麵	滑蛋肉末蔬菜粥	香蒜麵包+玉米濃湯
12月18日	12月19日	12月20日	12月21日	12月22日
麻油麵線	肉包+青菜豆腐湯	味噌烏龍麵	鬆餅+阿華田	香菇肉末米粉湯
12月25日	12月26日	12月27日	12月28日	12月29日
葡萄乾吐司+鮮奶	沙茶魚羹麵線	油腐魚丸米粉湯	蘿蔔糕湯	大亨堡+紅茶

※本校豬肉及雞肉皆使用CAS臺灣優良農產品(產地：臺灣)

## ◎五蔬果健康詩◎

五穀雜糧纖維多，大蒜蘑菇一朵朵。  
 花椰洋蔥我最愛，青椒蘿蔔也不賴。  
 香蕉柑橘樣樣優，番茄葡萄滾滾來。  
 西瓜木瓜瓜瓜樂，蘋果芭樂來一個。  
 天天都吃五蔬果，頭好壯壯健康多。



宏遠食品股份有限公司