

百齡國小11411月份早餐



星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
叉燒包+優酪乳	麻油麵線	熱狗麵包+鮮奶	蒸蕃薯+水煮蛋+豆漿	蕃茄肉醬麵+味噌豆腐湯
11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
鬆餅+培根炒蛋+鮮奶	肉鬆三角飯糰+鮮奶	起酥麵包+豆漿	肉骨茶麵線	蒜烤麵包+玉米濃湯
11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
鍋燒意麵	瑞士捲+鮮奶	水餃+酸辣湯	銀絲捲+玉米炒蛋+鮮奶	肉鬆麵包+豆漿
11月24日	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日
體表會補假	皮蛋瘦肉粥	小饅頭+水煮蛋+鮮奶	蘿蔔糕湯	大亨堡+鮮奶

※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