

【大聚便當有限公司】

里港國小

110年2月營養午餐

使用低脂絞肉

※不吃紫菜

日期	主食	主菜	副菜1	副菜2	湯	附餐	全穀雜糧類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	油脂類(份)	附餐	熱量
2/22 <一>	小米飯	洋芋燉肉	三色蒸蛋	脆炒青菜	日式味噌湯		5.4	2.6	1.5	2.5		723
2/23 <二>	糙米飯	香滷雞塊	燴三絲	有機青菜	黃瓜龍骨湯	優格	5	2.6	1.7	2.5	1	756
2/24 <三>	麵條	茄汁玉米醬	豬排	脆炒青菜	蘿蔔雞肉湯	水果	5.2	3	1.3	2.5	1	804
2/25 <四>	糙米飯	三杯雞	銀芽肉絲	脆炒青菜	紅豆湯圓		5.4	2.0	1.3	2.5		674
2/26 <五>	燕麥飯	磨菇豬柳	蔬菜冬粉	脆炒青菜	海帶龍骨湯	水果	5.1	2.4	1.9	2.5	1	754

食譜設計：

營養師 陳又菁

執行秘書：

營養師 陳彥杏

校長

屏東縣立里港國民小學校長 陳奇男

※本校一律使用國產豬、牛肉※