

107 學年度下學期(第十六週)五月份午餐食譜一覽表

日期	5/27(一)	5/28(二)	5/29(三)	5/30(四)	5/31(五)
主食 (五穀根莖類)	白飯	白飯	炒飯	白飯	白飯
副菜一 (蛋豆魚肉類)	筍干燒肉	塔香魚丁	肉絲蛋炒飯	豆乳雞翅	洋蔥豬柳
副菜二 (蛋豆魚肉類&蔬菜類)	茄汁豆腐	紅燒獅子頭	燒賣	五彩繽紛	玉米蒸蛋
副菜三 (蔬菜類)	炒油菜	清炒莧菜	青江菜	清炒A菜	高麗菜
湯品	黃瓜丸片湯	海帶排骨湯	酸菜肉片湯	地瓜芋圓湯	海芽味噌湯
水果類	X	X	X	X	當季水果
奶類	X	X	優酪乳	X	X



“正確洗手五時機”

- ✓ 要吃東西前
- ✓ 接觸嬰兒前
- ✓ 擤完鼻涕後
- ✓ 上完廁所後
- ✓ 看病的前後

勤洗手，預防腸病毒