

# 107 年度 5 月份高雄市原住民事務委員會- 岡山區多元文化健康站-午餐菜單表

日期	週	主食	主菜一	副菜一	副菜二	湯品
1	二	勞動節休假				
2	三	五穀飯	梅汁排骨 排骨+梅子	滷豬肉+豆干 豬肉、豆干	炒高麗菜 高麗菜	冬瓜湯
3	四	白飯	肉燥瓜子 肉燥+脆瓜	炒青江菜 青江菜	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔+蛋	餛飩湯
4	五	白飯	梅汁排骨 排骨+梅子	韭菜炒蛋 韭菜、蛋	九層塔炒蛋 九層塔+蛋	蘿蔔丸子湯
7	一	白飯	排骨關東煮 排骨+黑輪+米 血	時令蔬菜	螞蟻上樹 冬粉	番茄蛋花湯
8	二	白飯	炸雞排 雞肉	炒油菜 油菜	蒸蛋 蛋	南瓜濃湯
9	三	白飯	可樂燉肉 豬肉	炒青江菜 青江菜	炒海帶絲 海帶	玉米濃湯
10	四	五穀飯	紅燒肉 豬肉	麻婆四季豆 豆腐+四季豆	彩椒杏包菇 彩椒+杏包菇	樹豆排骨湯
11	五	白飯	包菇雞丁 香菇+雞肉	鹹蛋高麗菜 鹹蛋+高麗菜	菜甫蛋 蛋	麥茶
14	一	白飯	糖醋雞柳 雞肉	枸杞白菜 枸杞+白菜	海帶素肉 海帶+素肉片	關東煮
15	二	白飯	肉燥 豬肉+蛋	時令蔬菜	蒸蛋 蛋	紅豆湯
16	三	五穀飯	菜圃燒雞 菜圃+雞肉	鹹蛋高麗菜 鹹蛋+高麗菜	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔+蛋	南瓜濃湯
17	四	白飯	泡菜豬肉 泡菜+豬肉	時令蔬菜	蘿蔔絲炒蛋 蛋+紅蘿蔔	味噌湯
18	五	白飯	鯛魚排 鯛魚	蒜香空心菜 空心菜	滷蘿蔔海帶結 蘿蔔+海帶	貢丸湯
21	一	白飯	筍乾燒肉 筍子+豬肉	白菜滷 白菜	木須高麗菜 木耳絲+高麗菜	番茄蛋花湯
22	二	五穀飯	雞肉絲 雞肉	金針白菜 金針+白菜	日式蒸蛋 蛋	蘿蔔排骨湯
23	三	白飯	滷雞腿 雞肉	時令蔬菜	皮蛋豆腐 皮蛋+豆腐	薏仁甜湯
24	四	白飯	打拋豬肉 豬肉	炒空心菜 空心菜	滷味	番茄蛋花湯
25	五	五穀飯	糖醋咕咾肉 豬肉	時令蔬菜	魚香肉絲 小魚乾+肉絲+豆 干	冬瓜湯
28	一	白飯	燉鱸魚	炒小黃瓜	蛤蠣炒絲瓜	玉米排骨湯

			鱸魚	小黃瓜	蛤蠣+絲瓜	
29	二	白飯	椰汁雞肉 雞肉	蠔油高麗菜 高麗菜	四季豆炒蛋 四季豆+蛋	綠豆湯
30	三	白飯	梅汁排骨 排骨+梅子	開陽白菜 白菜	糖醋雞丁 雞肉	玉米濃湯
31	四	白飯	紅燒肉 豬肉	時令蔬菜	洋蔥炒蛋	紫菜蛋花湯