

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 |