111年11月菜單 華盛頓中學

日期	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	培根蛋餅 美祿	玉米雞茸粥 炒蛋 燙青菜 柳橙汁	芝麻燒餅 肉排 煎蛋 豆漿	肉燥乾麵 五香滷蛋 燙青菜 芹香蘿蔔湯	水餃*10 玉米布丁酥 酸辣湯	卡拉雞腿堡 美祿
	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐
中餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品
	熱量	880	876	830	855	870
晚餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
熱量	820	850	867	860	865	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]