

# 台邑餐飲有限公司



113年3月菜單 華盛頓中學

日期	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
早餐	筍香肉包	果醬吐司	水餃*8	炸醬麵	大亨堡	玉米起司蛋餅	
	炒蛋	雞塊	黑糖小饅頭	胖胖果	雞塊		
	熱狗*1	薯條	燙青菜	燙青菜			
	柳橙汁	豆漿	酸辣湯	香菇貢丸湯	奶茶	紅茶	
中餐	主食	白米飯	日式炒飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	紐奧良腿排 糖醋肉丸*2	蒜香起司肉塊 三杯雞丁	和風腿排 蒲燒鯛魚肚	豆乳蔥燒雞 糖醋排骨	滷雞腿 日式豬排	蔥燒魚排 茄汁豬排
	副菜	蘿蔔滷海結	螞蟻上樹	雪花豆腐	義式馬鈴薯	筍丁肉燥	卜菜管仔筍
	副菜	玉米香腸片	家常豆腐	打拋肉末	西芹炒菇	黃瓜肉羹	毛豆乾丁
	青菜	木耳青花菜	白菜滷		小瓜香腸片	蝦捲*1	沙茶白菜滷
	青菜	時令青菜	有機蔬菜	時令青菜	有機蔬菜	時令青菜	時令青菜
	湯品	紫菜蛋花湯	豆薯肉絲湯	日式味噌湯	冬瓜蛤蜊湯	紅豆薏仁湯	蘿蔔排骨湯
	熱量	855	876	830	850	830	850
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	玉米蛋炒飯	
	主菜	蠔油雞排 花枝蝦排	紅麴蔥鴨 蘿蔔滷豬腳	麻油炒肉片 馬鈴薯燉雞	梅子雞丁 味噌燒肉	蔥爆里肌排	
	副菜	薯條	蝦皮高麗菜	冰心地瓜	胖胖果	小瓜玉米筍	
	副菜	彩椒銀芽	蠔油鮮菇	洋蔥三絲	蘿蔔什錦羹	滷蛋*1	
	青菜	筍炒肉末	茄汁豆包	白菜獅子頭	豆皮高麗菜		
	青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	菇菇肉絲湯	Q圓麥冬茶	青木瓜排骨湯	冬菜冬粉湯	黃瓜貢丸湯	
	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	820		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[ 使用台灣豬肉 ]