

台邑餐飲有限公司



113年3月菜單 華盛頓中學

日期		3月25日	3月26日	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日
星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐		培根大肉包	排骨酥麵	起司蛋吐司	肉燥飯	咋啦雞蛋堡	
		炒蛋	炒小黃瓜		三角油腐		
		小薯餅	燙青菜		五香滷蛋		
		紅茶	奶茶	燕麥米漿	蘿蔔魚丸湯	豆漿	
中餐	主食	白米飯	白米飯	日式烏龍麵	白米飯	白米飯	
	主菜	咖哩雞丁 沙茶肉片	豆輪燒肉 成都栗子雞	炸豬排 蠔油雞腿	蒜泥白肉 馬鈴薯燒雞	樹子蒸魚 茄汁豬排	
	副菜	玉米肉末	鵪鶉什錦燒	芝麻四季豆	滷肉燥	地瓜薯條	
	副菜	福州丸*1	西芹魷魚	絲瓜炒蛋	旗津大黑輪	竹筍燴金菇	
	青菜	黑胡椒洋蔥	木耳青花菜	時令青菜	開陽白菜	螞蟻上樹	
	青菜	時令青菜	有機蔬菜		有機蔬菜	時令青菜	
	湯品	冬菜冬粉湯	菇菇肉絲湯	豚骨什錦鍋物	味噌油豆腐湯	珍珠奶茶	
	熱量	855	876	830	850	830	
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯		
	主菜	檸檬鮭魚排 蜜汁雞腿	香菇雞丁 蔥爆肉片	豆豉蒸魚 蜜汁大排	梅乾扣肉 酸菜鴨丁		
	副菜	冬瓜鮮菇	開陽扁蒲	五香滷蛋	如意彩絲		
	副菜	鮮筍三色	塔香杏鮑菇	豆薯炒肉絲	魚香茄子		
	青菜	南瓜炒蛋	咖哩百頁	櫻花高麗菜	蜆味青花菜		
	青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜		
	湯品	黃瓜排骨湯	冬瓜山粉圓	紫菜蛋花湯	紅棗排骨湯		
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果		
	熱量	820	850	867	860		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]