

台邑餐飲有限公司

113年9月菜單 華盛頓中學

日期	9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
早餐	海苔飯卷	麵線糊	肉包/芝麻包	火腿蛋吐司	滑蛋雞絲麵	
	豆漿		牛乳	紅茶		
中餐	主食	白米飯	白米飯	白醬雞肉義大利麵	白米飯	
	主菜	蒜泥肉片 梅子雞丁	貴妃燒雞 椒鹽排骨酥	香烤雞腿排 酥炸魚片	日式豬排 紅燒雞翅	蒙古烤肉 油蔥淋雞
	副菜	芝麻球	醬燒麵腸	小餐包	筍筍炒肉絲	洋芋炒肉絲
	副菜	蔥花菜脯蛋	木須玉筍	培根雙花	毛豆干丁	小瓜甜條
	青菜	開陽高麗菜	扁蒲三色		冬瓜什錦	海帶三絲
	青菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜
	湯品	冬瓜雞湯	關東煮	香菇雞湯	山藥排骨湯	綠豆蒜西米露
	熱量	880	870	850	875	870
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	香酥魚丁	瓜仔雞	孜然肉片	白菜獅子頭	
	副菜	螞蟻上樹	玉米烘蛋	客家小炒	雞茸玉米	
	副菜	芹香炒黑輪	鹽酥豆腐	南瓜炒時蔬	香腸海帶根	
	青菜	絲瓜蛤蜊	砂鍋白菜滷	彩椒四季豆	刺瓜魚卵捲	
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品	當歸皮絲蘿蔔湯	九份芋圓湯	金針排骨湯	菇菇肉絲湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	
熱量	879	850	867	865		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]