

台邑餐飲有限公司

113年11月菜單 華盛頓中學

日期	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11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	卡拉雞腿三明治	大滷麵	吻魚瘦肉粥	烤肉蛋吐司	鐵板麵	鍋貼*8	
	奶茶			牛乳		豆漿	
中餐	主食	白米飯	白米飯	義大利肉醬麵	白米飯	白米飯	白米飯
	主菜	洋蔥豬柳 麻油雞	三杯雞 豆瓣回鍋肉	照燒豬排 五香雞塊	蠔油雞翅 和風里肌	紅燒肉 黑胡椒雞丁	無骨香雞排 香酥魚排
	副菜	家常豆腐	黃瓜花片	培根高麗菜	洋蔥三絲	蕃茄炒蛋	糖醋豆腐
	副菜	肉末玉米	芹香甜不辣	港式燒賣	塔香海茸	福州丸	小瓜黑輪
	青菜	花枝丸	黑米糕捲		白菜什錦	開陽扁蒲	鮮菇四季豆
	青菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	健康青菜
	湯品	蘿蔔排骨湯	海芽蛋花湯	玉米濃湯	味噌豆腐湯	綠豆三色圓	榨菜肉絲湯
	熱量	880	870	877	865	860	859
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	咕咾肉	香滷雞腿	蒜泥白肉	香酥魚塊	黃金里肌	
	副菜	咖哩洋芋	蛋酥白菜	沙茶豆干	田園四寶	紅燒油豆腐	
	副菜	珍珠丸	蠔絲青花	什錦冬瓜	沙茶肉羹	豆薯三絲	
	青菜	鐵板銀芽	紅燒雙結	古早味蒸蛋	芹炒鮮菇	鮮蔬寬粉	
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品	冬瓜蛤蜊湯	紅豆西米露	金針排骨湯	紫菜蛋花湯	結頭菜貢丸湯	
	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	870		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]