

# 台邑餐飲有限公司



114年1月菜單 華盛頓中學

日期		1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日
星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
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
		牛乳			果汁	
中餐	主食	白米飯	白米飯	櫻花蝦炒飯	白米飯	白米飯
	主菜	醬燒雞排 蒲燒鯛魚	香酥雞腿 蠔油雞腿	紐澳良腿排 日式豬排	紅糟肉 豆乳蔥燒雞	唐揚炸雞 匈牙利燉肉
	副菜	麻婆豆腐	沙茶豆干	綜合滷味	沙茶魷魚羹	嫩炒筍茸
	副菜	五香滷蛋	蕃茄炒蛋	茶碗蒸	小瓜玉米筍	香酥蝦捲
	青菜	培根青花	鮮菇高麗菜		珍珠丸	紅燒豆腐
	青菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜
	湯品	肉羹湯	芹香蘿蔔湯	蒜頭雞湯	結頭貢丸湯	綠豆粉圓湯
	熱量	880	870	850	865	870
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	糖醋排骨	香酥魚塊	孜然肉片	無骨香雞排	
	副菜	螞蟻上樹	三色玉米	蕃茄燴豆腐	芹炒鮮菇	
	副菜	乾煸四季豆	南瓜滑蛋	金菇什錦	銀芽肉絲菜	
	青菜	塔香海茸	砂鍋白菜滷	麥克雞塊	黃瓜花片	
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品	紫菜蛋花湯	紅豆西米露	金針排骨湯	青菜豆腐湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	
	熱量	820	850	867	877	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[ 使用台灣豬肉 ]