

# 台邑餐飲有限公司



114年3月菜單 華盛頓中學

日期	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日	3月7日	3月8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	白米飯	日式炒飯	白米飯	白米飯	
	主菜	紐澳良腿排 日式豬排	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	香滷雞腿 脆皮雞腿	蔥燒魚排 茄汁豬排
	副菜	蘿蔔滷海結	螞蟻上樹	奶油焗白菜	三杯馬鈴薯	筍丁肉燥	紅絲炒蛋
	副菜	玉米香腸片	家常豆腐	夯地瓜	西芹鮮菇	黃瓜鮮燴	毛豆干丁
	青菜	木耳青花菜	白菜滷		五香滷蛋	香酥蝦捲	沙茶肉羹
	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	黃瓜脆丸湯	日式味噌湯	冬瓜蛤蜊湯	紅豆紫米湯	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	肉絲炒麵	
	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	玉米炒蛋	鮮菇高麗菜	蕃茄燴豆腐	福州丸	豆薯三絲	
	副菜	彩椒銀芽	炸春捲	洋蔥肉絲	蘿蔔什錦羹	柴魚蒸蛋	
	青菜	嫩炒筍茸	乾煸四季豆	中式香腸	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	金針排骨湯	芋香西米露	青木瓜養生湯	榨菜肉絲湯	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	820		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[ 使用台灣豬肉 ]