

台邑餐飲有限公司



114年3月菜單 華盛頓中學

日期	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日	3月14日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
早餐	銀絲卷	大亨堡	起司火腿吐司	日式炒麵	培根蛋餅	
		地瓜球*3		旗津大黑輪		
	金黃薯餅			炒高麗菜		
	蘿蔔貢丸湯	米漿	紅茶	麥茶	豆漿	
中餐	主食	白米飯	白米飯	義大利肉醬麵	白米飯	
	主菜	鐵路大排 蘑菇雞排	麻油肉片 橙汁魚柳	黑胡椒豬排 照燒雞排	酥炸魚排 醬燒雞翅	蔥爆豬柳 蕃茄燒雞
	副菜	培根青花	海味黃瓜	綜合滷味	脆綠甜條	椰香山藥捲
	副菜	甜椒高麗菜	竹筍炒肉絲	港式燒賣	冬瓜什錦	小瓜杏鮑菇
	青菜	麻婆豆腐	五香滷蛋		芹香豆干	芋香四色
	青菜	時令青菜	有機蔬菜	時令青菜	有機蔬菜	時令青菜
	湯品	冬瓜排骨湯	蘿蔔貢丸湯	玉米濃湯	肉骨茶湯	綠豆薏仁湯
	熱量	880	870	850	865	880
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	照燒里肌 無骨香雞排	蔥燒雞排 香酥魚片	宮保雞丁 梅干扣肉	碎瓜蒸肉餅 羅勒雞丁	
	副菜	敏豆炒菇	芹香炒黑輪	蕃茄炒蛋	玉米奶酥	
	副菜	腐皮白菜	肉末玉米	黑米糕捲	扁蒲炒菇	
	青菜	薑絲海帶根	金菇什錦羹	魚香茄子	筍干燒豆輪	
	青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	酸辣湯	冬瓜山粉圓	紫菜蛋花湯	金針肉絲湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	
熱量	820	850	867	870		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]