

台邑餐飲有限公司



114年3月菜單 華盛頓中學

日期		3月24日	3月25日	3月26日	3月27日	3月28日
星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早餐		培根大肉包	排骨酥麵	起司蛋吐司	肉燥飯	咋啦雞蛋堡
		炒蛋	炒小黃瓜		三角油腐	
		小薯餅	燙青菜		五香滷蛋	
		紅茶	奶茶	燕麥米漿	蘿蔔魚丸湯	豆漿
中餐	主食	白米飯	白米飯	什錦炒麵	白米飯	白米飯
	主菜	蘑菇雞丁 沙茶肉片	豆輪燒肉 成都栗子雞	炸豬排 蠔油雞翅	蒜泥白肉 馬鈴薯燒雞	香酥魚排 醬燒里肌排
	副菜	三色玉米	家常豆腐	鵪鶉蛋滷味	古都肉燥	蘿蔔什錦羹
	副菜	五香滷蛋	花枝丸	迷你銀絲卷	黃瓜鮮燴	鮮菇四季豆
	青菜	塔香海茸	沙茶白菜滷		珍珠丸	蕃茄炒蛋
	青菜	時令青菜	有機蔬菜	時令青菜	有機蔬菜	時令青菜
	湯品	蘿蔔魚丸湯	菇菇肉絲湯	酸辣湯	冬瓜排骨湯	珍珠奶茶
	熱量	855	876	830	850	830
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	香酥魚丁 黑胡椒肉柳	香菇雞丁 蔥爆肉片	蔥燒雞排 蜜汁大排	梅乾扣肉 酸菜鴨丁	
	副菜	紅燒冬瓜	培根高麗菜	扁蒲三色	玉米香酥餅	
	副菜	福州丸	日式黑輪條	原味蒸蛋	魚香茄子	
	青菜	南瓜炒蛋	塔香紫茄	沙茶魷魚羹	蠔味青花菜	
	青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	海芽蛋花湯	紅豆西米露	金針排骨湯	日式味噌湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	
	熱量	820	850	867	860	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]