

115年6/1-6/6菜單 華盛頓中學

| 日期 | 6月1日 | 6月2日 | 6月3日 | 6月4日 | 6月5日 | 6月6日 | |
|----|-------|--------------|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|
| 星期 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 星期六 | |
| 早餐 | 水煎包*1 | 麥香雞漢堡 | 綜合香菇粥 | 巧克力厚片 | 奶皇包*2 | 卡啦起司吐司 | |
| | 白煮蛋*1 | 起司片 | 豆皮 | 雞塊 | | | |
| | 豆漿 | 奶茶 | 高麗菜絲 | 麥茶 | 阿華田 | 紅茶 | |
| | 白米飯 | 白米飯 | 火腿蛋炒飯 | 白米飯 | 白米飯 | 白米飯 | |
| 中餐 | 主菜 | 蘑菇雞丁 香酥魚丁 | 日式豬排 蒲燒鯛魚 | 茄汁里肌 蠔油雞排 | 脆皮雞腿 香滷雞腿 | 壽喜燒肉 蔥燒雞丁 | 香酥雞排 黑胡椒豬排 |
| | 副菜 | 絲瓜冬粉 | 腐皮高麗菜 | 雙色花椰 | 洋蔥肉絲 | 瓜子肉燥 | 沙茶白菜 |
| | 副菜 | 黑米糕捲 | 毛豆干丁 | 蒜味毛豆莢 | 紅絲炒蛋 | 家常豆腐 | 肉末玉米 |
| | 青菜 | 開陽白菜 | 紅燒洋芋 | | 旗津大黑輪 | 扁蒲三絲 | 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 | 時令青菜 |
| | 湯品 | 刺瓜魚丸湯 | 蘿蔔排骨湯 | 菇菇肉絲湯 | 紫菜蛋花湯 | 珍珠奶茶 | 海芽味噌湯 |
| | 熱量 | 870 | 880 | 865 | 850 | 860 | 870 |
| | 晚餐 | 主菜 | 白飯 | 麵食 | 白飯 | 白飯 | 白飯 |
| 主菜 | | 花枝排 無骨香雞排 | 肉燥麵 | 沙茶雞丁 古早味炸雞 | 壽喜燒雞丁 章魚燒一口雞丁 | 照燒腿排 | |
| 副菜 | | 油腐肉燥 | 貢丸 | 螞蟻上樹 | 奶香金針菇 | 高麗菜油皮 | |
| 副菜 | | 三杯洋芋 | 回鍋肉片 | 蔥爆杏鮑菇 | 涼拌海帶根 | 香腸 | |
| 青菜 | | 蒸蛋 | 豆芽菜 | 魯福州丸 | 三杯百頁豆腐 | 滷蛋 | |
| 青菜 | | 時令青菜 | | 時令青菜 | 時令青菜 | 青菜 | |
| 湯品 | | 關東煮湯 | 冬瓜檸檬 | 酸辣湯 | 榨菜肉絲湯 | 蛋花湯 | |
| 水果 | | 時令水果 | 時令水果 | 時令水果 | 時令水果 | 時令水果 | |
| 熱量 | 863 | 810 | 835 | 862 | 830 | | |

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]