

天主教輔仁中學 106年10/30~11/04 學生菜單

|              | 早餐                 | 午餐   |         | 晚餐 |         |
|--------------|--------------------|------|---------|----|---------|
| 10/30<br>星期一 | 滑蛋雞絲麵+鮮肉包          | 主食   | 白米飯     | 主食 | 白米飯     |
|              |                    | 主菜   | 香滷雞腿    | 主菜 | 蔥爆豬柳    |
|              |                    | 副菜   | 筍絲什錦    | 副菜 | 蒸蛋      |
|              |                    | 青菜   | 蒜香空心菜   | 青菜 | 蒜香鵝白菜   |
|              |                    | 青菜   | 大白菜     | 青菜 | 高麗炒豆皮   |
|              |                    | 湯    | 冬瓜大骨湯   | 湯  | 玉米濃湯    |
|              |                    | 季節水果 |         |    |         |
|              |                    |      |         |    |         |
| 10/31<br>星期二 | 饅頭夾蛋+豆漿            | 主食   | 白米飯     | 主食 | 白米飯     |
|              |                    | 主菜   | 軟炸豬排    | 主菜 | 洋蔥玉米雞   |
|              |                    | 副菜   | 田園咖哩    | 副菜 | 關東煮     |
|              |                    | 青菜   | 蒜香豆芽菜   | 青菜 | 絲瓜滑蛋    |
|              |                    | 青菜   | 高麗菜     | 青菜 | 蒜香油菜    |
|              |                    | 湯    | 檸檬愛玉湯   | 湯  | 鮮筍玉米排骨湯 |
|              |                    | 季節水果 |         |    |         |
|              |                    |      |         |    |         |
| 11/01<br>星期三 | 皮蛋瘦肉粥+鮮肉包          | 主食   | 白米飯     | 主食 | 白米飯     |
|              |                    | 主菜   | 咖啦雞腿排   | 主菜 | 胡椒肉     |
|              |                    | 副菜   | 三色蛋     | 副菜 | 刺瓜燴魚餃   |
|              |                    | 青菜   | 刺瓜炒貢丸   | 青菜 | 高麗菜     |
|              |                    | 青菜   | 豆芽炒香菇   | 青菜 | 油菜      |
|              |                    | 湯    | 玉米濃湯    | 湯  | 蘿蔔三絲湯   |
|              |                    | 季節水果 |         |    |         |
|              |                    |      |         |    |         |
| 11/02<br>星期四 | 吐司夾蔥花蛋+豬排+<br>麥香紅茶 | 主食   | 地瓜飯     | 主食 | 白米飯     |
|              |                    | 主菜   | 紅燒旗魚丁   | 主菜 | 鹹酥雞丁    |
|              |                    | 副菜   | 炒四色     | 副菜 | 泡菜肉片    |
|              |                    | 青菜   | 高麗菜     | 青菜 | 青江菜     |
|              |                    | 青菜   | 鵝白菜     | 青菜 | 小白菜     |
|              |                    | 湯    | 紅豆湯圓    | 湯  | 玉米蛋花湯   |
|              |                    | 季節水果 |         |    |         |
|              |                    |      |         |    |         |
| 11/03<br>星期五 | 鍋貼+海帶芽薑絲湯          | 主食   | 白米飯     | 主食 | 白米飯     |
|              |                    | 主菜   | 麻油雞丁    | 主菜 | 糖醋肉     |
|              |                    | 副菜   | 南瓜炒蛋    | 副菜 | 蛋酥      |
|              |                    | 青菜   | 培根炒高麗菜  | 青菜 | 空心菜     |
|              |                    | 青菜   | 絲瓜      | 青菜 | 鵝白菜     |
|              |                    | 湯    | 蘿蔔菇菇湯   | 湯  | 刺瓜排骨湯   |
|              |                    |      |         |    |         |
| 11/04<br>星期六 | 蘿蔔糕+玉米濃湯           | 主食   | 客家肉燥乾麵  |    |         |
|              |                    | 副菜   | 滷蛋      |    |         |
|              |                    | 副菜   | 油菜      |    |         |
|              |                    | 湯    | 酸菜筍片排骨湯 |    |         |
|              |                    |      |         |    |         |

