天主教輔仁中學 106年03/19~03/23 學生菜單

	早餐	午餐		晚餐	
03/19 星期一	土司夾雞排+檸檬紅茶	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	香菇梅干雞	主菜	黑胡椒肉絲
		副菜	馬鈴薯烘蛋	副菜	客家小炒
		青菜	大白菜	青菜	紅蘿蔔炒蛋
		青菜	鵝白菜	青菜	高麗菜
		湯	冬瓜排骨湯	湯	結頭魚丸湯
		季節水果			
03/20 星期二	鐵板麵+玉米濃湯	主食	燕麥飯	主食	白米飯
		主菜	咖拉雞腿排	主菜	香菇肉燥
		副菜	肉末翠圃	副菜	玉米炒蛋
		青菜	小白菜	青菜	鵝白菜
		青菜	青江菜	青菜	美生菜
		湯	蘿蔔什錦湯	湯	珍珠奶茶
		季節水果			
03/21 星期三	蘿蔔糕+豆漿	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	花生豬腳	主菜	三杯雞丁
		副菜	培根三色	副菜	冬瓜魚子燒
		青菜	美生菜	青菜	油菜
		青菜	高麗菜	青菜	小白菜
		湯	紅豆翠圓	湯	蘿蔔蛤蠣湯
		季節水果			
03/22 星期四	饅頭夾洋蔥蛋+冬瓜鮮奶	主食	五穀飯	主食	白米飯
		主菜	香酥秋刀魚	主菜	三泰燉肉
		副菜	咖哩洋芋	副菜	三杯油豆腐肉片
		青菜	油麥菜	青菜	大白菜
		青菜	豆芽菜	青菜	美生菜
		湯	高鈣味噌湯	湯	鮮筍排骨湯
		季節水果			
03/23 星期五	皮蛋瘦肉粥+鮮肉包	主食	紅燒豬肉麵		
		主菜	紅燒豬肉麵		
		副菜	蔥花捲		
		副菜	魯貢丸		
		青菜	青花椰菜		