

## 天主教輔仁中學 108年9/16~9/20 菜單

	早餐	午餐		晚餐	
星期一	肉粽+紫菜湯	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	沙茶肉片	主菜	蒜頭雞丁
		副菜	番茄炒蛋	副菜	鐵板豆腐
		青菜	木耳炒大白菜	青菜	炒高麗菜
		青菜	蒜香白菜	青菜	炒油菜
		湯品	冬瓜蛤蜊湯	湯品	玉米濃湯
		季節水果			
星期二	鐵板麵+玉米濃湯	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	卡拉雞腿排	主菜	三泰燉肉
		副菜	香椿紅燒豆干	副菜	青蔬炒蛋
		青菜	炒絲瓜	青菜	紅絲芥蘭菜
		青菜	炒高麗菜	青菜	蒜香小白菜
		湯品	綠豆湯	湯品	玉米排骨湯
		季節水果			
星期三	火腿蛋肉鬆吐司+優酪乳	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	香菇滷肉飯	主菜	花枝排
		副菜	滷蛋	副菜	泡菜肉片
		青菜	紅絲炒豆芽	青菜	炒絲瓜
		青菜	蒜香青江菜	青菜	炒青江菜
		湯品	海帶蛋花湯	湯品	檸檬愛玉
		季節水果			
星期四	肉片蛋土司+冬瓜珍珠	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	滷雞腿	主菜	筍乾肉丁
		副菜	螞蟻上樹	副菜	壽喜燒
		青菜	蒜香鵝白菜	青菜	炒豆芽
		青菜	油麥菜	青菜	鵝白菜
		湯品	蘿蔔排骨湯	湯品	鮮筍排骨湯
		季節水果			
星期五	皮蛋瘦肉粥+鮮肉包	主食	紅燒豬肉麵		
		副菜	鮮肉包		
		青菜	蒜香小白菜		
		湯品	紅絲高麗菜		
星期六	放假				