

天主教輔仁中學 109年 4/6~4/10菜單

		早餐		午餐		晚餐	
星期一	鹹三明治+麥香紅茶	主食	白米飯	主食	白米飯	主菜	冬瓜滷肉
		主菜	滷雞腿排飯	主菜	鹹酥雞(請適量)	副菜	鐵板豆腐
		副菜	玉米肉末	副菜	烏蛋筍片	青菜	高麗菜
		青菜	大白菜	青菜	青花椰	青菜	小白菜魚乾湯
		青菜	油菜	湯品	關東煮	湯品	翡翠吻魚蛋花湯
		湯品	番茄豆腐湯	季節水果			
星期二	土司夾香雞排+鮮奶茶	主食	白米飯	主食	白米飯	主菜	鹹酥雞(請適量)
		主菜	黑胡椒豬柳	主菜	鹹酥雞(請適量)	副菜	烏蛋筍片
		副菜	小黃瓜甜不辣	副菜	烏蛋筍片	青菜	青花椰
		青菜	高麗菜	青菜	青花椰	青菜	油麥菜
		青菜	地瓜葉	湯品	關東煮	湯品	關東煮
		湯品	仙草冰	季節水果			
星期三	水煎包+冬瓜檸檬紅茶	主食	白米飯	主食	白米飯	主菜	梅干控肉
		主菜	鳳梨雞丁	主菜	梅干控肉	副菜	炸甜不辣
		副菜	白菜炒冬粉	副菜	炸甜不辣	青菜	炒絲瓜
		青菜	青江菜	青菜	炒絲瓜	青菜	鵝白菜
		青菜	油麥菜	湯品	青菜蛋花湯	湯品	青菜蛋花湯
		湯品	養生湯	季節水果			
星期四	烏龍麵+滷蛋	主食	白米飯	主食	白米飯	主菜	蒜頭蛤蠣雞丁
		主菜	瓜仔肉	主菜	蒜頭蛤蠣雞丁	副菜	泡菜年糕
		副菜	紅蘿蔔炒蛋	副菜	泡菜年糕	青菜	油菜
		青菜	炒豆芽	青菜	油菜	青菜	大白菜
		青菜	小白菜	湯品	珍珠奶茶	湯品	珍珠奶茶
		湯品	冬瓜文蛤湯	季節水果			
星期五	肉粽+紫菜蛋花湯	主食	白米飯				
		主菜	雞肉飯				
		副菜	筍乾海帶				
		青菜	鵝白菜				
		湯品	味噌湯				