

天主教輔仁中學 110年 1/4~1/9菜單

本菜單均使用國產豬肉

	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	麻油雞丁	主菜	結頭滷肉
		副菜	紅蘿蔔炒蛋	副菜	鐵板豆腐
		青菜	大白菜	青菜	高麗菜
		青菜	油菜	青菜	小白菜
		湯品	肉骨茶湯	湯品	珍珠奶茶
		季節水果			
星期二	水餃+鮮奶茶	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	卡拉雞腿排	主菜	香酥魚排
		副菜	小黃瓜炒肉片	副菜	桂竹筍炒肉絲
		青菜	美生菜	青菜	地瓜葉
		青菜	高麗菜	青菜	青花椰菜
		湯品	古早味冬瓜茶	湯品	翡翠蛋花湯
		季節水果			
星期三	蘿蔔糕+菇菇蔬菜湯	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	鳳梨雞丁	主菜	梅干控肉
		副菜	玉米肉末	副菜	波浪薯條
		青菜	青江菜	青菜	絲瓜
		青菜	白花椰菜	青菜	鵝白菜
		湯品	養生湯	湯品	小白菜番茄蛋花湯
		季節水果			
星期四	炒烏龍麵+紫菜蛋花湯	主食	白米飯	主食	白米飯
		主菜	瓜仔肉	主菜	紅燒雞丁
		副菜	豆腐羹	副菜	番茄炒蛋
		青菜	豆芽菜	青菜	菠菜
		青菜	青花椰菜	青菜	油菜
		湯品	鮮筍排骨湯	湯品	蘿蔔排骨湯
		季節水果			
星期五	皮蛋瘦肉粥+銀絲卷	主食	麵食		
		主菜	鍋燒烏龍麵		
		副菜	滷蛋		
		副菜	爆漿黑糖包		
		青菜	菠菜		
星期六		主食	白米飯		
		主菜	培根炒飯		
		副菜	麥克雞塊		
		青菜	花椰菜		
		湯品	紅豆紫米露		