

華興中學 113 年 0930-1005 週菜單

菜單內肉品產地為台灣

		09 月 30 日	10 月 01 日	10 月 02 日	10 月 03 日	10 月 04 日	10 月 05 日
早餐	主食	鍋燒烏龍麵	蝦仁蛋炒飯	墨西哥餅 黑椒肉片	麻醬麵	芝士軟法	手工水餃*7
	副菜	茶碗蒸 鮮美時蔬	蒜拌素雞 鮮美時蔬	三角薯餅*2 美生菜	小黃瓜 紹子肉醬	麥克雞塊*2 蘋果蛋薯泥	滷蛋 泡菜
	湯品		金茸三絲湯	豆漿	福州丸湯	玉米濃湯	雜菇湯
	預估人數	200	400	430	300	430	100
午餐	主食	白飯	紫米飯	白飯	白飯	白飯	
	主菜	三杯雞	蘑菇燉肉	孜然雞腿	檸檬魚片	壽喜燒	
	副菜	鐵板油腐 刺瓜肉片 有機時蔬	什錦滷味 開陽白菜 有機時蔬	豆瓣肉末 培根花椰 鮮美時蔬	宮保雞丁 蒲瓜菜豆 有機時蔬	蒜香豆干 奶香海鮮 鮮美時蔬	
	中學副菜	椒鹽蘿蔔糕	醃菜炒麵腸	快炒豆芽	魚香粉絲	雙絲高麗	
	湯品	鮮筍湯	冬瓜雞湯	紅豆湯	海芽蛋花湯	金針湯	
	水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
	預估人數	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	中學 1300 小學 1030	—
晚餐	主食	白飯	奶油培根義大利麵	白飯	白飯	白飯	—
	主菜	無錫排骨	香雞排	鹹冬瓜魚	梅干燒肉	蔥油雞	
	副菜	五更豆腐 叉燒包*1 蒜燒紫茄 鮮美時蔬	茄汁丸子 雙絲炒蛋 小瓜雙魷 鮮美時蔬	金菇水蓮 打拋豬肉 滷蛋油腐 鮮美時蔬	雞肉捲 毛豆素匯 薑絲海結 鮮美時蔬	青椒肉絲 雙色燒賣 白菜滷 鮮美時蔬	
	湯品	番茄蛋花湯	紫菜鮮菇湯	肉羹湯	米苔目粉圓湯	刺瓜魚丸湯	
	預估人數	600	600	400	600	300	

※當季蔬菜:油菜、青江菜、莪白菜、莧菜...等時令蔬菜；當季水果:香蕉、西瓜、木瓜、芭樂...等時令水果。若因天氣或食材因素須更改菜單，敬請師生見諒。