

華興中學 113 年 1104-1109 週菜單

菜單內肉品產地為台灣

		11月04日	11月05日	11月06日	11月07日	11月08日	11月09日
早餐	主食	雞茸玉米粥 鍋貼*3	藍莓貝果	義大利麵	肉絲蛋炒飯	麻醬麵	刈包 早餐肉排
	副菜	鮮美時蔬	鮪魚薯泥	脆薯 鮮美時蔬	豆干小魚 鮮美時蔬	乾炒紹子 鮮美時蔬	滷蛋 鮮美時蔬
	湯品		豆漿	南瓜金菇湯	海芽湯	三絲湯	花菜濃湯
	預估人數	200	430	380	300	380	90
午餐	主食	白飯	醃醬麵	白飯	白飯	白飯	
	主菜	奶香燉肉	香滷雞腿	黃金魚塊	紅燜雞丁	壽喜燒	
	副菜	佛跳牆 魚香粉絲 有機時蔬	八寶肉醬 番茄杏菇 有機時蔬	桂筍燒肉 海絲豆芽 鮮美時蔬	青椒豆干肉絲 彩燴花椰 有機時蔬	碧綠雙鮮 玉米炒蛋 鮮美時蔬	
	中學副菜	椒鹽什錦	章魚燒	紹子豆腐	培根高麗	燒賣	
	湯品	白蘿蔔排骨湯	綠豆麥片湯	白菜蛋花湯	魷魚羹	味噌湯	
	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	白飯	白飯	白飯	白飯	
	主菜	左公雞	無錫排骨	滷雞排	鐵路排骨	花枝排	
	副菜	小瓜拌肉絲 蛋酥高麗 金菇蒲瓜 鮮美時蔬	芹菜中卷 煉煉銀絲卷 榨菜豆干 鮮美時蔬	打拋肉 紅絲炒蛋 冬瓜雙燴 鮮美時蔬	碎米雞丁 蒜炒四季 韓式年糕 鮮美時蔬	黑椒肉絲 木須高麗 鐵板豆腐 鮮美時蔬	—
	湯品	酸辣湯	蓮藕雞湯	紫菜金菇湯	紅茶珍珠	山藥排骨湯	
	預估人數	600	600	400	600	300	

\*當季蔬菜:油菜、青江菜、義白菜、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。