

華興中學 113 年 1209-1214 週菜單

菜單內肉品產地為台灣

		12 月 09 日	12 月 10 日	12 月 11 日	12 月 12 日	12 月 13 日	12 月 14 日
早餐	主食	鍋燒烏龍麵	海鮮蛋炒飯	刈包 黑椒肉片	山藥排骨粥	芝士軟法	叉燒包*2
	副菜	茶碗蒸 鮮美時蔬	蒜拌素雞 鮮美時蔬	脆薯 美生菜	滷蛋&芝心魚豆腐 鮮美時蔬	綜合果醬 火腿鮮蔬炒蛋	鮮美時蔬
	湯品		金茸三絲湯	奶茶		玉米濃湯	關東煮
	預估人數	200	380	430	300	430	90
午餐	主食	白飯	紫米飯	白飯	白飯	有機白飯	
	主菜	韓式燒雞	蘑菇燉肉	茶香雞腿	三杯雞	壽喜燒	
	副菜	鐵板油腐	什錦滷味	玉米炒蛋	紅麴魚塊	滷雞翅	
		刺瓜肉片	開陽白菜	彩繪花椰	木須高麗	奶香海鮮	
		有機時蔬	有機時蔬	鮮美時蔬	有機時蔬	鮮美時蔬	
	中學副菜	椒鹽蘿蔔糕	榨菜炒豆干	芋香燒肉	蒜炒四季	芹香海絲	
	湯品	什蔬湯	海芽蛋花湯	綠豆湯	味噌湯	金針排骨湯	
晚餐	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	
	主食	白飯	奶油培根義大利麵	白飯	白飯	白飯	
	主菜	京都排骨	香酥雞排	鹹冬瓜魚	洋蔥豬排	紅燜雞	
	副菜	五更豆腐	茄汁丸子	金菇黃瓜	桂筍燒肉	蒼蠅頭	
		青椒肉絲	蒜炒高麗	打拋豬肉	毛豆素匯	南瓜炒蛋	
		蒜香紫茄	小瓜寒天	滷香油腐	蒜香蒲瓜	秀珍絲瓜	
晚餐	湯品	番茄蛋花湯	冬瓜鮮菇湯	肉羹湯	地瓜粉圓湯	刺瓜湯	—
	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。