

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 刺瓜肉片 有機時蔬	什錦滷味 開陽白菜 有機時蔬	玉米炒蛋 彩繪花椰 鮮美時蔬	紅麴魚塊 木須高麗 有機時蔬	滷雞翅 奶香海鮮 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	
	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	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 青椒肉絲 蒜香紫茄 鮮美時蔬	茄汁丸子 蒜炒高麗 小瓜寒天 鮮美時蔬	金菇黃瓜 打拋豬肉 滷香油腐 鮮美時蔬	桂筍燒肉 毛豆素匯 蒜香蒲瓜 鮮美時蔬	蒼蠅頭 南瓜炒蛋 秀珍絲瓜 鮮美時蔬	
	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、蕪菁...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。