

致民國中 104年10月份葷食菜單

日期				10/1星期四	10/2星期五
主食				糙米飯	小米飯
主菜				紅燒腱子肉	香滷雞腿
副菜				玉米火腿	川味肉末油腐
青菜				時令蔬菜	時令蔬菜
湯				金菇什錦湯	海芽蛋花湯
附餐				光泉鮮豆漿	水果
日期	10/5星期一	10/6星期二	10/7星期三	10/8星期四	10/9星期五
主食	白米飯	糙米飯	日式烏龍麵	糙米飯	
主菜	香滷雞翅	黃瓜腰果雞丁	香酥魚排	雙冬鴨	
副菜	蕃茄豆腐	脆玉蒸蛋	什錦滷味	開陽白菜	
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	
湯	磨菇濃湯	海結排骨湯	芋香西米露	酸辣湯	
附餐	水果	光泉鮮奶	水果	光泉鮮豆漿	
日期	10/12星期一	10/13星期二	10/14星期三	10/15星期四	
主食	白米飯	芝麻飯	洋芋燉飯	糙米飯	麥片飯
主菜	炸肉排	茄汁魚丁	香Q雞腿	壽喜燒	咖哩雞丁
副菜	塔香海茸	玉米炒蛋	日式關東煮	鮮筍炒肉絲	螞蟻上樹
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯	白菜香菇湯	麵線羹湯	紅豆麥片湯	金針豆薯湯	海芽味噌湯
附餐	水果	光泉鮮奶		光泉鮮豆漿	水果
日期	10/19星期一	10/20星期二	10/21星期三	10/22星期四	10/23星期五
主食	白米飯	糙米飯	鐵板麵	糙米飯	燕麥飯
主菜	冬瓜滷肉	三杯魷魚	美味雞翅	鮮蝦排	糖醋雞丁
副菜	炒三絲	金針粉絲煲	五彩麵腸	田園四色	鮮味蒸蛋
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯	塔香筍子湯	洋芋鮮菇湯	綜合甜湯	枸杞冬瓜湯	玉米海帶湯
附餐	水果	光泉鮮奶		光泉鮮豆漿	水果
日期	10/26星期一	10/27星期二	10/28星期三	10/29星期四	10/30星期五
主食	白米飯	糙米飯	客家油飯	紫米飯	糙米飯
主菜	豆豉肉片	宮保雞丁	芝麻雞排	薑母鴨	美味魚排
副菜	洋蔥炒蛋	什錦肉羹	沙茶干片	咖哩肉末	五寶肉燥
青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
湯	青木瓜排骨湯	茶壺湯	薑汁地瓜湯	香菇豆薯湯	薑絲海芽湯
附餐	水果	光泉鮮奶		光泉鮮豆漿	水果

永禾餐盒有限公司 提供

電話：037-851600 傳真：037-851657