

伙食公告

	8/31	9/1	9/2	9/3	9/4	9/5	9/6
餐別	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐	★雞絲麵 (雞絲麵、高麗菜、豬肉、雞蛋、香菇、芹菜) 澱粉:2份青菜:0.5份 豆魚肉蛋:0.5份 水果:份乳品:份油:1份	蔥燒肉包 (麵粉、豬肉) ★豆漿 (黃豆) 澱粉:2份青菜:份 豆魚肉蛋:1.2份 水果:份乳品:份油:1份	★高麗菜肉片鹹稀飯 (白米、高麗菜、豬肉、吻仔魚、香菇) 豬肉鬆 (豬肉) 澱粉:2份青菜:0.7份 豆魚肉蛋:1.2份 水果:份乳品:份油:1份	菠蘿麵包 (麵粉、奶油) ★光泉鮮奶 (牛奶) 澱粉:2.5份青菜:份 豆魚肉蛋:1份 水果:份乳品:1份油:1份	★起司三明治 (麵粉, 起司) ★光泉保久乳 (牛奶) 澱粉:2份青菜:份 豆魚肉蛋:0.5份 水果:份乳品:1份油:1份	澱粉:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份	澱粉:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份
中餐	白飯 (白米) 滷雞腿排 (雞腿排) 螞蟻上樹 (冬粉、高麗菜、豬肉、紅蘿蔔) 瓜仔肉 (花瓜、豬肉) 青菜 ★玉米蛋花湯 (玉米、雞蛋) 澱粉:5.5份青菜:1.5份 豆魚肉蛋:2.5份 水果:份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 筍乾梅干滷豬肉 (筍乾、梅干菜、豬肉) ★麻辣豆干 (豆干) ★蕃茄炒蛋 (蕃茄、雞蛋) 青菜 ★紫菜蛋花湯 (紫菜、雞蛋) 澱粉:5份青菜:2份 豆魚肉蛋:2.5份 水果:份乳品:份油:2.5份	紫米飯 (白米、紫米) 炸豬排 (豬肉) ★關東煮 (蘿蔔、甜不辣、米血、紅蘿蔔) 滷翅小腿(各一) (翅小腿) 青菜 ★蕃茄黃豆芽蛋花湯 (紫菜、雞蛋) 水果 澱粉:5份青菜:2份 豆魚肉蛋:2.5份 水果:1.5份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 泡菜燒肉 (泡菜、洋蔥、豬肉片、紅蘿蔔) ★炒三絲 (白干絲、海帶絲、豬肉絲、紅蘿蔔絲) ★蒸蛋 (雞蛋) 青菜 綠豆薏仁湯 (綠豆、薏仁) 澱粉:5份青菜:1.5份 豆魚肉蛋:3份 水果:份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 香菇滷肉 (豬肉、豆包、香菇、蔥酥) ★蒜味魚條 (魚條) 青菜 冬瓜肉片湯 (冬瓜、豬肉) 水果 澱粉:5份青菜:1.5份 豆魚肉蛋:2.5份 水果:1.5份乳品:份油:2份	澱粉:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份	澱粉:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份
晚餐	白飯 (白米) ★油豆腐滷豬肉海帶結 (油豆腐、豬肉、海帶結) 打拋豬 (洋蔥、豬肉、蕃茄、九層塔) ★滷豆包 (豆包) 青菜 蘿蔔肉片湯 (鹹菜、豬肉) 澱粉:5份青菜:2份 豆魚肉蛋:2.5份 水果:份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 卡拉雞腿排 (雞腿排) ★麻婆豆腐 (豆腐、豬肉、黑木耳) ★高麗菜滷蘿蔔貢丸 (高麗菜、蘿蔔、貢丸、甜不辣、米血丁、金針菇) 筍絲榨菜肉絲湯 (筍絲、榨菜、豬肉) 澱粉:5份青菜:1.5份 豆魚肉蛋:3份 水果:份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 滷三節翅 (雞翅) ★魚塊豆腐煲 (魚塊、豆腐) ★敏豆炒甜不辣 (敏豆、甜不辣、豬肉、紅蘿蔔) 青菜 洋蔥味噌湯 (洋蔥、味噌、紫菜、海帶苗) 澱粉:5份青菜:1.5份 豆魚肉蛋:3份 水果:份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 府城肉排 (豬排) 滷米血海帶結 (米血、海帶結) 三杯杏鮑菇 (杏鮑菇、九層塔) 青菜 ★海帶苗蛋花湯 (海帶苗、雞蛋) 澱粉:5.5份青菜:2份 豆魚肉蛋:2份 水果:份乳品:份油:2.5份	澱粉:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份	澱粉:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份	★鮮蔬油麵 (油麵、豬肉、高麗菜、肉羹漿、豬肉、黑木耳、雞蛋、紅蘿蔔) 澱粉:3份青菜:1.2份 豆魚肉蛋:1.2份 水果:份乳品:份油:1份

★星號標示表示有過敏源(牛奶、甲殼類、堅果、大豆、雞蛋、花生、魚類、海鮮)

請導師轉交給學生公告