

伙食公告

	9/7	9/8	9/9	9/10	9/11	9/12	9/13
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	★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) 圖二(大陸餅+義美豆奶)	蔥燒肉包 (麵粉、豬肉) ★義美豆奶 (黃豆)	★鮮蔬湯麵 (油麵、高麗菜、豬肉、 小白菜、榨菜、蝦皮、魚丸)	★丹麥起司麵包 (麵粉、起司) ★光泉鮮奶 (牛奶)	★炭火燒肉飯糰 (白米、海苔、豬肉) 蔬菜餅乾 (麵粉、蔬菜) ★光泉保久乳 (牛奶)		
	澱粉:2份青菜:0.5份 豆魚肉蛋:1份 水果:份乳品:份油:1份	澱粉:2份青菜:份 豆魚肉蛋:1.2份 水果:份乳品:份油:1份	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	澱粉:2.5份青菜:份 豆魚肉蛋:1份 水果:份乳品:1份油:1份	澱粉:3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) ★菜脯煎蛋 (菜脯、雞蛋) 青菜 ★大黃瓜肉片湯 (大黃瓜、豬肉)	白飯 (白米) 薑汁燒肉 (洋蔥、薑泥、豬肉) 滷油豆腐 (油豆腐、豬絞肉) 魚香茄子 (茄子、豬肉、九層塔) 青菜 ★紫菜蛋花湯 (紫菜、雞蛋)	南瓜飯 (白米、南瓜) ★南洋咖哩雞 (雞肉、洋蔥、馬鈴薯、咖哩、椰奶) 玉米粒炒碎肉 (玉米粒、絞肉、毛豆、紅蘿蔔) 麥克雞塊 (雞肉) 青菜 ★蕃茄黃豆芽蛋花湯 (紫菜、雞蛋) 水果	白飯 (白米) 無骨香雞排 (雞排) ★海茸炒麵腸 (海茸、麵腸、榨菜、芹菜) ★豆干丁滷碎肉 (豆干丁、豬肉) 青菜 ★小湯圓甜湯 (小湯圓、銀芽、雲蓮子)	白飯 (白米) ★什錦肉羹 (高麗菜、魚羹、筍絲、金針菇、 雞蛋、魚丸、豬肉、紫菜) ★蒸鯛魚片 (鯛魚、洋蔥) 青菜 ★養樂多低糖優酪乳 水果		
	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	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	澱粉:6份青菜:2份 豆魚肉蛋:2份 水果:1.5份乳品:份油:2.5份	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	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) 三杯雞 (雞肉、九層塔) 打拋豬 (洋蔥、豬肉、蕃茄、九層塔) ★炸鱈魚條 (鱈魚條) 青菜 ★味噌湯 (豆腐、味噌、海帶苗、紫菜)	白飯 (白米) ★虱目魚排 (虱目魚) ★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) ★海帶苗蛋花湯 (海帶苗、雞蛋)	白飯 (白米) 燒滷雞腿 (雞腿) 小黃瓜炒肉片 (小黃瓜、豬肉) 茄汁義大利麵 (薯薯麵、洋蔥、豬肉、蕃茄醬) 青菜 筍絲榨菜肉絲湯 (筍絲、榨菜、豬肉)	白飯 (白米) 蘿蔔滷豬肉 (豬肉、白蘿蔔、紅蘿蔔) 滷二節翅(各1) (二節翅) ★花枝丸(各2) (花枝) 青菜 ★玉米蛋花湯 (玉米、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	澱粉:5份青菜:1.3份 豆魚肉蛋:3份 水果:份乳品:份油:2.5份	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	澱粉: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	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