

伙食公告

	10/5	10/6	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
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) 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	蔥燒肉包 (麵粉、豬肉) ★奶茶 (牛奶、茶包) 澱粉:2份青菜:份 豆魚肉蛋:1份 水果:份乳品:0.5份油:1份	★扁食麵 (紅麴、小白菜、榨菜、扁食、小蝦米) 澱粉:2份青菜:0.5份 豆魚肉蛋:1份 水果:份乳品:份油:1份	菠蘿麵包 (麵粉、奶油) ★光泉鮮乳 (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	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:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份
中餐	白飯 (白米) 泡菜燒肉 (泡菜、豬肉) 螞蟥上樹 (冬粉、高麗菜、豬肉、紅蘿蔔) ★滷豆干丁碎肉 (豆干丁、豬肉) 青菜 ★玉米蛋花湯 (玉米、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	白飯 (白米) 炸無骨雞排 (雞排) ★滷油豆腐 (油豆腐、豬肉) 玉米粒炒碎肉 (玉米、豬肉、毛豆) 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	燕麥飯 (白米、燕麥) ★南洋咖哩雞 (雞肉、洋葱、馬鈴薯、咖哩、椰奶) ★滷米血海帶結 (米血、海帶結) ★菜脯煎蛋 (雞蛋、菜脯) 青菜 冬瓜肉片湯 (冬瓜、雞蛋) 水果 澱粉:5份青菜:2.5份 豆魚肉蛋:2份 水果:1.5份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 滷雞腿 (雞腿) ★炒三絲 (白干絲、海帶絲、豬肉絲、紅蘿蔔絲) ★雙菇燴豆腐 (豆腐、金針菇、鴻喜菇) 青菜 小湯圓甜湯 (小湯圓、銀耳、雲蓮子) 澱粉:5份青菜:2份 豆魚肉蛋:3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:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份
晚餐	白飯 (白米) 滷三節翅 (雞翅) ★關東煮 (蘿蔔、甜不辣、米血、紅蘿蔔) ★麻婆豆腐 (豆腐、豬肉、黑木耳) 青菜 ★海帶苗蛋花湯 (海帶苗、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	白飯 (白米) 薑汁燒肉 (洋葱、薑泥、豬肉) ★魚塊豆腐煲 (魚塊、豆腐) ★高麗菜滷蘿蔔 (高麗菜、蘿蔔、黃金丸、黑木耳、甜不辣、 凍豆腐、豬肉、竹輪、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:2.2份 水果:份乳品:份油:2.5份	白飯 (白米) 府城肉排 (豬排) ★海帶絲炒黃豆芽 (海帶絲、黃豆芽、豬肉絲、紅蘿蔔絲) 瓜仔肉 (花瓜、豬肉) 青菜 ★酸菜粉絲湯 (酸菜、粉絲、豬肉絲) 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: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:份青菜:份 豆魚肉蛋:份 水果:份乳品:份油:份	★海鮮米粉湯 (米粉、中卷、高麗菜、肉羹、 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