

敦品中學學生一週伙食表

月	日	星期	早餐		中餐				晚餐				備註
11	27	一	榨菜 肉絲麵	魚丸	脆皮雞翅	肉燥 滷冬瓜	炒時蔬	結頭菜湯	滷棒腿	醬油蒸蛋	炒時蔬	紅茶	
11	28	二	包子 饅頭	奶茶	炸蝦捲	打拋豬	炒時蔬	南瓜湯	紅蘿蔔 炒蛋	蔥爆羊肉	炒時蔬	紅豆湯	
11	29	三	吐司 鮪魚炒蛋	米漿	紅燒牛肉麵		炒時蔬	水煮蛋	小黃瓜 雞柳	青椒炒 肉絲	炒時蔬	茉香綠茶	
11	30	四	洋蔥豬肉烏龍 拌麵	水煮蛋	黃金喜相逢	香菇肉絲油飯		玉米濃湯	滷豆干	魯雞翅	炒時蔬	珍珠 冬瓜茶	
12	1	五	稀飯	麵筋 菜脯炒蛋	排骨酥	水餃 (每人20粒)		蘿蔔 貢丸湯	番茄 炒蛋	滷里肌 大排	炒時蔬	綠豆湯	
12	2	六	茄汁鯖魚麵	滷蛋	炸雞排	洋蔥 炒肉末	炒時蔬	蔭瓜湯	蛋酥 白菜滷	豬腳麵線		蜂蜜紅茶	
12	3	日	包子 饅頭	豆漿	牛肉燴飯		香腸	紫菜 蛋花湯	高麗菜炒 豬五花	魚香紫茄	炒時蔬	奶茶	

營養師：張美枝

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】