

敦品中學學生一週伙食表

月	日	星期	早餐		中餐				晚餐				備註
1	1	一	稀飯	香筍 菜脯炒蛋	脆皮雞翅	魚香紫茄	炒時蔬	玉米濃湯	紅絲炒蛋	青菜炒 豬五花	炒時蔬	茉香綠茶	
1	2	二	榨菜肉絲 麵	水煮蛋	香腸	咖喱雞柳燴飯		南瓜湯	瓜子肉	滷棒腿	炒時蔬	紅豆湯	
1	3	三	吐司 洋蔥 炒鮪魚	米漿	脆皮蝦捲	打拋豬	炒時蔬	紫菜 蛋花湯	小黃瓜 炒蛋	黑胡椒豬柳燴飯		紅茶	
1	4	四	洋蔥豬肉 烏龍拌麵	水煮蛋	香雞塊	香菇肉絲油飯		蘿蔔 貢丸湯	滷豆干	滷雞翅	炒時蔬	蜂蜜綠茶	
1	5	五	稀飯	麵筋 玉米炒蛋	炸無骨香 雞排	肉圓	炒時蔬	紫菜豆腐 味噌湯	滷蛋 油豆腐	紅燒牛肉麵		綠豆湯	
1	6	六	包子 饅頭	豆漿	炸骨腿	滷蛋	炒時蔬	黃瓜 貢丸湯	糖醋雞丁	水餃 (每人20顆)		珍珠冬瓜茶	水餃
1	7	日	高麗菜 鹹粥	茶葉蛋	豬腳麵		小熱狗	金針湯	回鍋肉	醬燒鴨丁	炒時蔬	奶茶	

營養師：張美枝

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】