

敦品中學學生一週伙食表

月	日	星期	早 餐		中 餐					晚 餐			備註
3	4	一	榨菜 麵	肉絲 水煮蛋	炸雞排	肉燥滷冬 瓜	炒時蔬	金針湯	黑胡椒豬 柳	小黃瓜炒 蛋	炒時蔬	綠茶	
3	5	二	稀飯	油花生 菜脯炒蛋	醬燒鴨丁	排骨酥	炒時蔬	南瓜湯	香腸	番茄炒蛋	炒時蔬	紅豆湯	
3	6	三	吐司 鮪魚炒蛋	米漿	炸骨腿	洋蔥炒蛋	炒時蔬	蔭瓜湯	蛋酥白菜	麻油雞翅	炒時蔬	珍珠紅茶	
3	7	四	洋蔥豬肉 板條	水煮蛋	糖醋雞丁	天婦羅	炒時蔬	紫菜豆腐 味噌湯	紅絲炒蛋	高麗菜炒 豬肉培根	炒時蔬	冬瓜茶	
3	8	五	包子	豆漿	炸棒腿	麻婆豆腐	炒時蔬	蘿蔔 貢丸湯	咖哩雞柳燴飯		青菜 炒肉末	綠豆湯	
3	9	六	番茄肉醬麵	滷蛋	鮮蔬肉絲	肉圓	炒時蔬	剝皮辣椒 雞湯	滷里肌 大排	炸雞塊	炒時蔬	綠茶	
3	10	日	高麗菜 鹹粥	茶葉蛋	水餃		絲瓜 炒貢丸	奶茶	紅燒牛腩麵			小熱狗	

營養師：張美枝

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】