

敦品中學學生一週伙食表

| 月 | 日 | 星期 | 早 餐        |        | 中 餐           |       |     |         | 晚 餐    |        |       |       | 備註 |
|---|---|----|------------|--------|---------------|-------|-----|---------|--------|--------|-------|-------|----|
| 4 | 1 | 一  | 榨菜肉絲麵      | 水煮蛋    | 炸雞翅           | 瓜子肉   | 炒時蔬 | 金針湯     | 醬燒鴨丁   | 番茄炒蛋   | 炒時蔬   | 綠茶    |    |
| 4 | 2 | 二  | 稀飯         | 麵筋菜脯炒蛋 | 鮮瓜豬柳          | 排骨酥   | 炒時蔬 | 南瓜湯     | 香腸     | 青椒炒肉絲  | 炒時蔬   | 紅豆湯   |    |
| 4 | 3 | 三  | 吐司<br>鮪魚炒蛋 | 豆漿     | 炸棒腿           | 洋蔥炒蛋  | 炒時蔬 | 蔴瓜湯     | 蛋酥白菜滷  | 麻油雞翅   | 炒時蔬   | 蜂蜜紅茶  |    |
| 4 | 4 | 四  | 洋蔥牛肉油麵     | 水煮蛋    | 打拋豬           | 黃金喜相逢 | 炒時蔬 | 紫菜豆腐味噌湯 | 客家小炒   | 高麗菜炒培根 | 炒時蔬   | 珍珠冬瓜茶 |    |
| 4 | 5 | 五  | 包子         | 米漿     | 炸里肌大排         | 滷豆干   | 炒時蔬 | 蘿蔔貢丸湯   | 紅燒雞柳燴飯 |        | 青菜炒肉末 | 綠豆湯   |    |
| 4 | 6 | 六  | 番茄肉絲麵      | 茶葉蛋    | 香菇肉絲油飯        |       | 炸貢丸 | 奶茶      | 蔥爆羊肉   | 小熱狗    | 炒時蔬   | 紅茶    |    |
| 4 | 7 | 日  | 高麗菜鹹粥      | 滷蛋     | 水餃<br>(每人20粒) |       | 香雞塊 | 紫菜蛋花湯   | 紅燒牛腩麵  |        |       | 肉圓    |    |

營養師：張美枝

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】