

## 敦品中學學生一週伙食表

月	日	星期	早餐		中餐				晚餐				備註
6	3	一	榨菜 麵	肉絲 <b>水煮蛋</b>	炸雞排	肉燥 滷冬瓜	炒時蔬	金針湯	醬燒鴨丁	<b>紅絲炒蛋</b>	炒時蔬	綠茶	
6	4	二	稀飯	脆瓜 <b>菜脯炒蛋</b>	糖醋雞丁	排骨酥	炒時蔬	南瓜湯	紅燒 獅子頭	青椒 炒肉絲	炒時蔬	紅豆湯	
6	5	三	吐司 <b>鮪魚炒蛋</b>	米漿	香腸	<b>洋蔥炒蛋</b>	炒時蔬	蔭瓜湯	麻油雞翅	天婦羅	炒時蔬	蜂蜜紅茶	
6	6	四	羊肉麵	<b>水煮蛋</b>	炸雞柳	<b>蛋酥 白菜滷</b>	炒時蔬	紫菜豆腐味 噌湯	打拋豬	滷豆干	炒時蔬	奶茶	
6	7	五	包子	豆漿	水餃 (每人20粒)		炸雞塊	蘿蔔 貢丸湯	黑胡椒豬柳燴飯		炒時蔬	綠豆湯	
6	8	六	茄汁鯖魚麵	<b>茶葉蛋</b>	香菇肉絲油飯		肉圓	結頭菜湯	玉米雞	小熱狗	炒時蔬	紅茶	
6	9	日	鹹粥	<b>滷蛋</b>	<b>炸棒腿</b>	米血糕 油豆腐	炒時蔬	<b>紫菜 蛋花湯</b>	蔥爆牛肉	<b>醬油蒸蛋</b>	炒時蔬	珍珠冬瓜茶	

營養師：張美枝

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】