

敦品中學學生一週伙食表

月	日	星期	早 餐		中 餐				晚 餐				備註
8	12	一	榨菜肉絲麵	水煮蛋	炸雞排	螞蟻上樹	炒時蔬	金針湯	醬燒鴨丁	紅絲炒蛋	炒時蔬	綠茶	
8	13	二	稀飯	菜脯炒蛋 麵筋	鹹酥雞	青椒 炒肉絲	炒時蔬	紫菜 味噌湯	香腸	蒲瓜炒蛋	炒時蔬	奶茶	
8	14	三	吐司 火腿炒蛋	米漿	肉絲蛋炒飯		炒時蔬	蔭瓜湯	薯餅	打拋豬	炒時蔬	紅茶	
8	15	四	肉燥麵	水煮蛋	炸骨腿	海帶結 滷豆干	炒時蔬	蒜頭 雞肉湯	鮮瓜肉絲	醬燒 白北魚	炒時蔬	冰仙草	
8	16	五	包子	紅茶	炸雞翅	醬油蒸蛋	炒時蔬	蘿蔔湯	高麗菜 炒培根	番茄豆腐	炒時蔬	地瓜湯	
8	17	六	番茄肉絲麵	茶葉蛋	關東煮			小肉圓	炸棒腿	黃瓜炒蛋	炒時蔬	珍珠 冬瓜茶	
8	18	日	皮蛋瘦肉粥		紅燒雞柳燴飯		小熱狗	胡瓜湯	里肌大排	香雞塊	炒時蔬	綠茶	

營養師：李柳臻

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】