

敦品中學學生一週伙食表

| 月 | 日 | 星期 | 早 餐        |          | 中 餐                          |        |      |       | 晚 餐      |         |     |      | 備 註 |
|---|---|----|------------|----------|------------------------------|--------|------|-------|----------|---------|-----|------|-----|
| 3 | 3 | 一  | 鹹粥         | 香筍       | 炸雞翅                          | 高麗菜炒肉絲 | 炒時蔬  | 蔭瓜湯   | 滷棒腿      | 醬油蒸蛋    | 炒時蔬 | 綠茶   |     |
| 3 | 4 | 二  | 茄汁鯖魚麵      | 脆瓜       | 香菇肉絲油飯                       |        | 小熱狗  | 蘿蔔貢丸湯 | 蔥爆雞柳     | 天婦羅     | 炒時蔬 | 綠豆湯  |     |
| 3 | 5 | 三  | 吐司<br>鯖魚炒蛋 | 紅茶       | 黃金喜相逢                        | 紅燒獅子頭  | 炒時蔬  | 南瓜湯   | 香腸       | 蒜炒絞肉四季豆 | 炒時蔬 | 阿華田  |     |
| 3 | 6 | 四  | 皮蛋瘦肉粥      | 麵筋       | 關東煮(五花豬肉片.黑輪.貢丸.白蘿蔔.米血糕.大白菜) |        |      | 鮮蝦捲   | 滷里肌大排    | 椒鹽培根炒豆包 | 炒時蔬 | 沖繩奶茶 |     |
| 3 | 7 | 五  | 包子         | 麥茶       | 炸骨腿                          | 滷豆干海帶結 | 炒時蔬  | 水晶餃湯  | 醬燒鴨丁     | 麻婆豆腐    | 炒時蔬 | 柳橙汁  |     |
| 3 | 8 | 六  | 銀絲卷        | 滷蛋<br>豆漿 | 沙茶羊肉炒麵                       |        | 麥克雞塊 | 脆筍湯   | 黑胡椒豬柳    | 貢丸炒小白菜  | 炒時蔬 | 紅豆湯  |     |
| 3 | 9 | 日  | 魷魚羹湯麵      | 茶葉蛋      | 滷雞排                          | 小肉圓    | 炒時蔬  | 冬瓜湯   | 三杯雞丁炒杏鮑菇 | 洋蔥炒蛋    | 炒時蔬 | 冬瓜茶  |     |

營養師：李柳臻

豬肉原產地：台灣

.

【水果一週二次】