

敦品中學學生一週伙食表

月	日	星期	早 餐		中 餐				晚 餐				備註
6	15	一	鹹粥	肉鬆	炸里肌 大排	青椒 炒肉絲	炒時蔬	蔞瓜雞湯	滷棒腿	絲瓜冬粉	炒時蔬	綠茶	
6	16	二	貢丸炒麵	脆瓜	咖哩雞肉飯		炒時蔬	蘿蔔 排骨湯	蔥爆五花	番茄炒蛋	炒時蔬	綠豆 薏仁湯	
6	17	三	洋蔥蛋 吐司	紅茶	沙茶豬肉燴飯		炒培根	火鍋湯	香腸 (2條/人)	打拋豬	炒時蔬	仙草	
6	18	四	饅頭*2	豆漿	客家 炒粿條	洋蔥圈	炒時蔬	南瓜 蛋花湯	滷雞翅	麻婆豆腐	炒時蔬	奶綠	
6	19	五	洋蔥豬肉 油麵	滷貢丸	端午肉粽 2粒/人		檸檬 雞柳條	味噌 豆腐湯	滷肉飯	油豆腐 滷蛋	炒時蔬	烏梅汁	端午節
6	20	六	廣東粥	豆漿	炸骨腿 (1隻/人)	醬燒南瓜	炒時蔬	沙茶 魷魚羹	馬鈴薯 燉肉	火鍋滷味	炒時蔬	冬瓜茶	
6	21	日	叉燒包*2	沖繩奶茶	虱目魚 肚片	鹹蛋苦瓜	炒時蔬	榨菜 粉絲湯	炸雞排	洋蔥炒蛋	炒時蔬	紅豆湯	

營養師：李柳臻

豬肉原產地：台灣

【水果一週二次】