43高雄市大榮高級中學109-6菜單

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | 日期 | 星期 | 主食 | 副食一 | 副食二 | 副食三 | 副食四 | 湯 | 水果 |
| 1 | 6/1 | 一 | 米飯 | 蜜汁雞塊 | 豉汁排骨 | 白菜滷 | 青菜 | 紅豆粉粿湯 |  |
| 2 | 6/2 | 二 | 米飯 | 梅干菜燒肉 | 蔥爆雞肉 | 車輪.油豆腐 | 青菜 | 紫菜蛋花湯 |  |
| 3 | 6/3 | 三 | 義大  利麵 | 白醬義大利麵 | 黑胡椒雞排 | 培根高麗菜 | 青菜 | 廣東粥 | 水果 |
| 4 | 6/4 | 四 | 米飯 | 紅糟肉排 | 麥克雞塊 | 蒼蠅頭 | 青菜 | 玉米龍骨湯 |  |
| 5 | 6/5 | 五 | 地瓜飯 | 三杯花枝 | 客家小炒 | 古早味蒸蛋 | 青菜 | 芹香魚丸湯 | 水果 |
| 6 | 6/8 | 一 | 米飯 | 瓜仔雞 | 芋頭排骨 | 蒜香海茸 | 青菜 | 冬瓜山粉圓 |  |
| 7 | 6/9 | 二 | 米飯 | 叉燒肉 | 宮保雞丁 | 蝦米絲瓜 | 青菜 | 大黃瓜龍骨湯 |  |
| 8 | 6/10 | 三 | 炒飯 | 茄汁炒飯 | 香酥雞排 | 鮑菇豆腐 | 青菜 | 玉米濃湯 | 水果 |
| 9 | 6/11 | 四 | 米飯 | 沙茶豬柳 | 玉米滑雞丁 | 芹香豆皮 | 青菜 | 黑輪蘿蔔湯 |  |
| 10 | 6/12 | 五 | 胚芽飯 | 柳葉魚 | 白菜燴蝦丸 | 梅干桂竹筍 | 青菜 | 蛤蜊冬瓜湯 | 水果 |
| 11 | 6/15 | 一 | 米飯 | 咖哩雞丁 | 花生豬腳 | 田園什錦 | 青菜 | 愛玉杏仁湯 |  |
| 12 | 6/16 | 二 | 米飯 | 麵腸滷肉 | 紅棗枸杞雞 | 冬瓜什錦 | 青菜 | 竹筍龍骨湯 |  |
| 13 | 6/17 | 三 | 炒米粉 | 炒南瓜米粉 | 豆乳雞 | 鮮菇黃瓜 | 青菜 | 皮蛋瘦肉粥 | 水果 |
| 14 | 6/18 | 四 | 米飯 | 回鍋肉片 | 蠔油雞丁 | 家常豆腐 | 青菜 | 海芽蛋花湯 |  |
| 15 | 6/19 | 五 | 小米飯 | 香酥魚片 | 泰式章魚丸 | 青豆炒蛋 | 青菜 | 海菜吻魚湯 | 水果 |
| 16 | 6/20 | 六 | 米飯 | 麻油雞 | 馬鈴薯燉肉 | 玉米布丁酥 | 青菜 | 冬瓜排骨酥湯 |  |
| 17 | 6/22 | 一 | 米飯 | XO醬肉絲 | 南瓜炒雞肉 | 花生麵筋 | 青菜 | 綠豆湯 |  |
| 18 | 6/23 | 二 | 米飯 | 蘑菇雞排 | 肉燥.海帶 | 黃瓜鮮燴 | 青菜 | 青菜豆腐湯 |  |
| 19 | 6/24 | 三 | 粽子 | 粽子 | 黃金雞腿 | 鮮蔬粉絲 | 青菜 | 小魚味噌豆腐湯 | 水果 |
| 20 | 6/29 | 一 | 米飯 | 醬燒豬肉 | 洋葱雞 | 豆薯炒蛋 | 青菜 | 粉圓仙草湯 |  |
| 21 | 6/30 | 二 | 米飯 | 檸檬雞柳 | 鹹蛋蒸肉 | 腐皮白菜 | 青菜 | 冬粉鴨湯 |  |