43高雄市大榮高級中學110-1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 | 1/4 | 一 | 米飯 | 紅燒肉 | XO醬雞肉 | 玉米炒蛋 | 青菜 | 綠豆湯圓 |  |
| 2 | 1/5 | 二 | 米飯 | 椰香咖哩雞 | 芋頭排骨 | 金沙豆腐 | 青菜 | 大頭菜龍骨湯 |  |
| 3 | 1/6 | 三 | 炒飯 | 茄汁肉絲炒飯 | 香滷豬排 | 蠔菇鴿蛋 | 青菜 | 玉米濃湯 | 水果 |
| 4 | 1/7 | 四 | 米飯 | 杏鮑菇燒雞 | 客家小炒 | 蘿蔔燒麵輪 | 青菜 | 紫菜蛋花湯 |  |
| 5 | 1/8 | 五 | 地瓜飯 | 五香肉燥滷蛋 | 白菜燴蝦丸 | 玉米布丁酥 | 青菜 | 味噌海芽湯 | 水果 |
| 6 | 1/11 | 一 | 米飯 | 京醬肉絲 | 麥克雞塊 | 塔香蛋 | 青菜 | 粉圓粉條湯 |  |
| 7 | 1/12 | 二 | 米飯 | 照燒雞肉 | 蔥爆豬肉 | 鮮菇脆瓜 | 青菜 | 玉米龍骨湯 |  |
| 8 | 1/13 | 三 | 炒麵 | 什錦炒麵 | 糖醋里肌 | 韭菜甜不辣 | 青菜 | 雞蓉玉米粥 | 水果 |
| 9 | 1/14 | 四 | 米飯 | 香滷雞排 | 筍香肉絲 | 滷貢丸海帶 | 青菜 | 養生菇湯 |  |
| 10 | 1/15 | 五 | 燕麥飯 | 香酥魚片 | 豉汁排骨 | 三色蒸蛋 | 青菜 | 翡翠豆腐湯 | 水果 |
| 11 | 1/18 | 一 | 米飯 | 三杯雞 | 滑蛋肉片 | 家常豆腐 | 青菜 | 冬瓜仙草蜜 |  |
| 12 | 1/19 | 二 | 米飯 | 叉燒肉 | 沙茶雞丁 | 扁魚白菜 | 青菜 | 黑輪蘿蔔湯 |  |
| 13 | 1/20 | 三 | 油飯 | 香菇油飯 | 香酥雞腿 | 鮮蔬粉絲 | 青菜 | 四神湯 | 水果 |
| 14 | 1/25 | 一 | 白飯 | 蒜泥白肉 | 南瓜炒雞肉 | 蒼蠅頭 | 青菜 | 杏仁愛玉湯 |  |
| 15 | 1/26 | 二 | 白飯 | 蘑菇雞排 | 冬瓜燒肉 | 涼拌海帶絲 | 青菜 | 當歸湯 |  |
| 16 | 1/27 | 三 | 炒麵 | 鐵板麵 | 香酥豬排 | 豆薯炒蛋 | 青菜 | 廣東粥 | 水果 |
| 17 | 1/28 | 四 | 白飯 | 紅棗香菇雞 | 瓜仔肉 | 培根高麗菜 | 青菜 | 酸辣湯 |  |
| 18 | 1/29 | 五 | 小米飯 | 蝦卷 | 腰果雞丁 | 鐵板豆腐 | 青菜 | 和風海芽湯 | 水果 |

※本校午餐供應國產豬肉