

105 學年度下學期第 13、14 週餐點表

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第 13 週	早點	開陽蔬菜米苔目	起酥麵包 米漿	皮蛋瘦肉粥	檸檬蛋糕. 牛奶	香菇米粉湯
	午餐	養生紫米飯	高纖五穀飯	中華快炒麵	寶島香米飯	健康糙米飯
		黃金鐵板豆腐	蘿勒雞腿	蜜汁里肌	麻油雞	梅干豬柳
		紅蘿蒸蛋	白醬洋芋	木須三絲	翡翠白菜羹	纖蔬關東煮
		鮮菇扁蒲	義式肉醬	豆瓣雙結	魚香冬粉	客家小炒
		青江菜	鵝白菜	油菜	高麗菜	芥藍菜
		冬菜粉絲湯	玉米濃湯	紫菜豆腐湯	白玉丸子湯	浮水肉羹湯
	午點	檸檬甜愛玉 +餐包	蜂蜜蛋糕. 牛奶	水煎包. 豆漿	紅棗銀耳湯	烏龍湯麵

		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第 14 週	早點	銀絲卷. 豆漿	玉米瘦肉粥	肉羹麵	什錦麵疙瘩	蔬菜鹹粥
	午餐	養生紫米飯	高纖五穀飯	茄汁肉醬麵	寶島香米飯	健康糙米飯
		百頁雙寶	紅燒雞丁	☆黃金魚排	醬燒豬肉	三杯雞
		三色炒蛋	烏龍豆干	什錦燴冬瓜	白玉魚板燒	麻婆豆腐
		桂筍油片	培根高麗	海帶雙結	花生麵筋	小瓜甜不辣
		青江菜	芥藍菜	油菜	鵝白菜	高麗菜
		薑絲海芽湯	大瓜丸片湯	榨菜粉絲湯	冬菜豆腐湯	鮮筍湯
	午點	麵線糊	幸福紅豆湯	芋泥包. 豆漿	綠豆粉圓湯	蛋塔. 牛奶