高雄市大榮高級中學小學部109-7菜單

43

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | 日期 | 星期 | 主食 | 副食一 | 副食二 | 青菜 | 湯 | 水果 |
| 1 | 7/1 | 三 | 鐵板麵 | 鐵板麵 | 香滷豬排 | 青菜 | 筍絲瘦肉粥 | 水果 |
| 2 | 7/2 | 四 | 米飯 | 鹽酥雞 | 三杯杏鮑菇 | 青菜 | 四神湯 | 水果 |
| 3 | 7/3 | 五 | 糙米飯 | 蝦卷 | 蔬菜咖哩 | 青菜 | 海帶排骨湯 | 水果 |
| 4 | 7/6 | 一 | 米飯 | 韓國烤肉 | 和風蒸蛋 | 青菜 | 檸檬山粉圓 | 水果 |
| 5 | 7/7 | 二 | 米飯 | 照燒雞排 | 蒼蠅頭 | 青菜 | 蘿蔔貢丸湯 | 水果 |
| 6 | 7/8 | 三 | 炒飯 | 火腿蛋炒飯 | 壽喜燒 | 青菜 | 玉米濃湯 | 水果 |
| 7 | 7/9 | 四 | 米飯 | 咖哩豬肉 | 枸杞高麗菜 | 青菜 | 竹筍龍骨湯 | 水果 |
| 8 | 7/10 | 五 | 紫米飯 | 鮮吃魚 | 車輪油豆腐 | 青菜 | 紫菜蛋花湯 | 水果 |
| 9 | 7/13 | 一 | 米飯 | 打拋豬 | 紅蘿蔔炒蛋 | 青菜 | 冬瓜仙草蜜 | 水果 |
| 10 | 7/14 | 二 | 米飯 | 香酥雞排 | 塔香海茸 | 青菜 | 青菜豆腐湯 | 水果 |