高雄市大榮高級中學小學部108-11菜單

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| No | 日期 | 星期 | 主食 | 副食一 | 副食二 | 副食三 | 湯 | 水果 |
| 1 | 11/1 | 五 | 海苔飯 | 喜相逢 | 三色蒸蛋 | 青菜 | 金茸粉絲湯 | 水果 |
| 2 | 11/4 | 一 | 米飯 | 咖哩雞丁 | 麵腸杏鮑菇 | 青菜 | 蓮子銀耳甜湯 | 水果 |
| 3 | 11/5 | 二 | 米飯 | 叉燒肉 | 蒼蠅頭 | 青菜 | 當歸鴨肉湯 | 水果 |
| 4 | 11/6 | 三 | 炒麵 | 炒烏龍麵 | 香滷雞排 | 青菜 | 皮蛋瘦肉粥 | 水果 |
| 5 | 11/7 | 四 | 米飯 | 回鍋肉片 | 家常豆腐 | 青菜 | 海芽蛋花湯 | 水果 |
| 6 | 11/8 | 五 | 胚芽飯 | 泰式蝦卷 | 蝦米絲瓜 | 青菜 | 蛤蜊冬瓜湯 | 水果 |
| 7 | 11/11 | 一 | 米飯 | 麻油雞 | 紅蘿蔔炒蛋 | 青菜 | 紅豆薏仁湯 | 水果 |
| 8 | 11/12 | 二 | 米飯 | 瓜仔肉 | 奶香鮮玉米 | 青菜 | 酸辣湯 | 水果 |
| 9 | 11/13 | 三 | 炒飯 | 黃金鮭魚炒飯 | 滷雞塊 | 青菜 | 玉米排骨湯 | 水果 |
| 10 | 11/14 | 四 | 米飯 | 培根肉片 | 糖醋天婦羅 | 青菜 | 肉羹湯 | 水果 |
| 11 | 11/15 | 五 | 五穀飯 | 鮮吃魚 | 枸杞大白菜 | 青菜 | 味噌豆腐湯 | 水果 |
| 12 | 11/18 | 一 | 米飯 | 三杯雞 | 海帶.豆干 | 青菜 | 芋頭椰奶 | 水果 |
| 13 | 11/19 | 二 | 米飯 | 魚香肉絲 | 花生麵筋 | 青菜 | 筍片排骨湯 | 水果 |
| 14 | 11/20 | 三 | 炒米粉 | 炒南瓜米粉 | 香菇雞 | 青菜 | 菜豆粥 | 水果 |
| 15 | 11/21 | 四 | 米飯 | 醬燒豬肉 | 芹菜干絲 | 青菜 | 枸杞菇湯 | 水果 |
| 16 | 11/22 | 五 | 芝麻飯 | 香酥花枝排 | 蟹絲蒸蛋 | 青菜 | 翡翠吻魚湯 | 水果 |
| 17 | 11/25 | 一 | 米飯 | 雞堡 | 韮菜甜不辣 | 青菜 | 肉骨茶湯 | 水果 |
| 18 | 11/26 | 二 | 米飯 | 培根肉片 | 蒜香海茸 | 青菜 | 酸菜白肉湯 | 水果 |
| 19 | 11/27 | 三 | 炒飯 | 夏威夷炒飯 | 蜜汁雞 | 青菜 | 紫菜蛋花湯 | 水果 |
| 20 | 11/28 | 四 | 米飯 | 照燒肉片 | 鮮蔬粉絲 | 青菜 | 金針肉絲湯 | 水果 |
| 21 | 11/29 | 五 | 糙米飯 | 蝦餅 | 玉米炒蛋 | 青菜 | 黑輪蘿蔔湯 | 水果 |