

## 中科實驗高級中學1、2月葷食菜單(晚餐)

餐別 \ 日期		1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	不	白飯	白飯	白飯	白飯
	主菜	用	三杯中印干	鳳梨鮮醬素排骨	蜜汁黑干	咕佬嫩腐
	副菜	餐	彩椒素魷魚	翡翠豆腐	素青花咖哩	花生滷雙結
			高麗炒鮮菇	小瓜玉筍	素鮮蔬煲	酸白菜炒金菇
			時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜
湯品		黑糖山粉圓(甜)	蘿蔔玉米湯	素酸辣湯	素結頭湯	
餐別 \ 日期		1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	素什錦炒飯	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	素菜捲	醬燒豆包	素牛蒡蔬菜排	滷素魚排	用
	副菜	奶皇包	宮保雙干	素敏豆炒皮絲	素白玉燒嫩腐	餐
		彩椒鮮菇什錦	素翠玉什錦	素羅漢齋	三杯杏鮑菇	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	蔬菜番茄湯	地瓜芋圓湯(甜)	日式味噌湯	馬鈴薯營養湯	
餐別 \ 日期		1月16日	1月17日	1月18日	1月19日	
		星期一	星期二	星期三	星期四	
晚餐	主食	素港式炸醬麵	白飯	白飯	寒	
	主菜	野菜百頁排	素菜捲	蓮花菇	假	
	副菜	豆沙包	麻油栗子豆干	素麻婆豆腐	開	
		素青花什錦	櫛菇炒鮮菇	西芹腰果	始	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜		

	湯品	素鮮蔬湯	芋頭西米露(甜)	素海結玉米湯		
餐別 \ 日期		2月13日	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	素黃金咖哩炒飯	白飯	白飯	白飯	白飯
	主菜	芝麻黑干	蓮花菇	素菜捲	糖醋嫩腐	滷雞排
	副菜	黑糖銀絲捲	滷味拼盤	玉米滑豆腐	蒲瓜豆皮	長豆鮮菇
		番茄高麗菜	西芹鮮菇	彩繪筍絲	鮮菇炒花椰菜	泰式海結
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜
	湯品	芹香結頭菜湯	椰果綠茶(甜)	素酸白菜什錦湯	素羅宋湯	素榨菜粉絲湯
餐別 \ 日期		2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	素茄汁烏龍麵	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	香滷嫩腐	滷黑干	素菜捲	三杯印干	用
	副菜	沙茶白菜	鮮蔬寬粉	素客家小炒	素芋香四色	餐
		芋泥包	三杯蕈菇炒海茸	素泡菜年糕	西芹什錦	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	素薑絲紫菜湯	珍珠紅茶(甜)	素酸辣湯	素麵線糊	

★本公司全面使用台灣肉品/蛋品★