

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	哈燒厚切豬排	檸檬雞翅	蒜泥白肉	蔥燒雞排
	副菜	餐	彩椒北海翅	菇菇炒蛋	咖哩魚蛋	花生滷雙結
			高麗炒鮮菇	小瓜玉筍	鮮蔬拌魷魚(海)	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)	番茄豆腐湯	刺瓜丸片湯	玉米濃湯	
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	火腿蛋炒飯	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	蔥爆里肌	紅燒雞丁	醬燒豬排	*脆皮雞腿排	用
	副菜	奶皇包	宮保雙干	糖醋百頁	柴香嫩腐	餐
		彩椒鮮菇什錦(海)	泡菜金菇	滷味	三杯杏鮑菇	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	筍絲湯	地瓜芋圓湯(甜)	豆薯三絲湯	紫菜蛋花湯	
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	炸醬麵	白飯	白飯	寒	
	主菜	醬燒雞翅	*鐵路豬排	板烤雞排	假	
	副菜	豆沙包	茶香滷蛋	青花什錦	開	
		風味白菜滷	櫛菇炒鮮菇	日式咖哩	始	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜		

	湯品	蔬菜番茄湯	芋頭西米露(甜)	大瓜豆皮湯		
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	義式奶香燉飯	白飯	白飯	白飯	白飯
	主菜	*香酥肉排	糖醋雞丁	沙茶里肌	彩椒豬柳	七味烤雞翅
	副菜	黑糖銀絲捲	滷味拼盤	番茄炒蛋	蒲瓜豆皮	南瓜炒蛋
		番茄高麗菜	西芹鮮菇	彩繪筍絲(海)	海苔丸	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	脆筍湯	椰果綠茶(甜)	豆薯三絲湯	巧達濃湯	羅宋湯
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	茄汁肉醬麵	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	芝麻雞翅	蒜椒豬大排	碳烤雞排	淋汁豬排	用
	副菜	沙茶白菜	紅顏炒蛋	客家小炒(海)	玉米炒蛋	餐
		芋泥包	三杯蕈菇炒海茸	韓式泡菜年糕	西芹什錦	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	高麗金菇湯	珍珠紅茶(甜)	冬粉肉絲湯	港式酸辣湯	

★本公司全面使用台灣肉品/蛋品★