

## 中科實驗高級中學9月葷食菜單(晚餐)

餐別 \ 日期					9月1日	9月2日
					星期四	星期五
晚餐	主食				白飯	不
	主菜				燒烤檸檬雞翅	用
	副菜				酸菜麵腸	餐
					小瓜玉筍	
	湯品				時令青菜	
				薑絲紫菜湯		
餐別 \ 日期		9月5日	9月6日	9月7日	9月8日	9月9日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	黃金咖哩炒飯	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	卡啦雞排	椒麻肉片	鱈香魚排	沙茶里肌	用
	副菜	芋泥包	魚蛋高麗菜	鹹豬肉三絲	阿婆滷蛋	餐
		白菜什錦	椒鹽杏鮑菇	蒲瓜炒珍菇	雙花炒魷魚	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	一品冬瓜湯	黑糖山粉圓	美顏番茄湯	玉米濃湯	
餐別 \ 日期		9月12日	9月13日	9月14日	9月15日	9月16日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	奶香白醬麵	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	甘梅厚切雞排	鐵路豬排	菲力雞排	鬼頭刀魚排	用
	副菜	銀絲捲	蘿蔔燒豆輪	番茄高麗菜	什錦滷味	餐
		敏豆玉筍	櫛瓜鴻喜菇	宮保豆腸	開陽蒲瓜	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	三絲湯	紅豆西米露	味噌金菇湯	麵線糊	
餐別 \ 日期		9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	泰式鳳梨炒飯	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	酥脆蝦排	蜜汁烤雞翅	岩燒肉丁	梅香雞排	用
	副菜	奶皇包	刺瓜什錦羹	金瓜炒蛋	咖哩魚蛋	餐
		醬燒干片	脆筍彩虹	臘肉炒敏豆	塔香海根	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	三絲湯	仙草蜜	雪花鮮菇湯	巧達濃湯	
餐別 \ 日期		9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	港式炸醬麵	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	香草日式豬排	糖醋魚	古早味豬排	咖哩炸雞翅	用
	副菜	白菜福州丸	麻婆豆腐	洋蔥炒蛋	沙茶高麗肉	餐
		小瓜拌花生	照燒杏鮑菇	泡菜冬粉	美式薯條	
		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
	湯品	蘿蔔豚骨湯	珍珠紅茶	鮮瓜豆皮湯	港市酸辣湯	

★本公司全面使用台灣肉品/蛋品★