

中科實驗高級中學10月葷食菜單(晚餐)

餐別 \ 日期		10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	10月6日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	鐵板麵	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	蒜椒豬大排	蔗香腿排	醬燒豬排	爆炒豬柳	用
	副菜	奶皇包	蔥爆鹹豬肉	菇菇炒蛋	毛豆芋頭	餐
		小瓜魷魚	刺瓜什錦羹	花生滷海結	花開富貴	
	湯品	紫菜蛋花湯	鳳梨椰果綠茶	地瓜燒濃湯	金針肉絲湯	
時令青菜		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
餐別 \ 日期		10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	不	不	白飯	白飯	不
	主菜	用	用	哈燒腿翅	沙嗲里肌	用
	副菜	餐	餐	糖醋嫩腐	刺瓜什錦羹	餐
				椒鹽杏鮑菇	佛跳牆	
	湯品			榨菜肉絲湯	玉米蛋花湯	
時令青菜				時令青菜	時令青菜	
餐別 \ 日期		10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	校	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	慶	椒香里肌	筍乾燒肉	鐵路豬排	用
	副菜	補	三杯米血蒟蒻	鮮蔬什錦蛋	照燒杏鮑菇	餐
		假	敏豆培根	脆瓜蝦球	五柳鮮羹	
	湯品		椰果山粉圓	香菇雞湯	上品湯	
時令青菜			時令青菜	時令青菜	時令青菜	
餐別 \ 日期		10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	鳳梨炒飯	白飯	白飯	白飯	不
	主菜	鐵路里肌	*賞鮮雞排	調理大排	蒲燒魚	用
	副菜	豆沙包	蔥花菜脯蛋	泡菜油腐	干片寬粉	餐
		大瓜魷魚	西芹蝦球	脆炒鮮筍	青花什錦	
	湯品	玉米蛋花湯	地瓜芋圓湯	海芽蛋花湯	南瓜濃湯	
時令青菜		時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
餐別 \ 日期		10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晚餐	主食	韓式炒泡麵	白飯			不
	主菜	脆皮雞翅	蒙古里肌			用
	副菜	奶香饅頭	銀魚炒蛋			餐
		敏豆鮮菇	彩繪銀芽			
	湯品	味噌海芽湯	珍珠紅茶			
時令青菜		時令青菜	時令青菜			

★本公司全面使用由台灣生產豬肉、雞肉及蛋品★