

# 臺中市立中科實中12月葷食菜單(晚餐)

| 餐別 \ 日期 |       | 12月4日  | 12月5日  | 12月6日  | 12月7日   | 12月8日  |
|---------|-------|--------|--------|--------|---------|--------|
|         |       | 星期一    | 星期二    | 星期三    | 星期四     | 星期五    |
| 晚餐      | 主食    | 蒜味什錦炒麵 | 白飯     | 白飯     | 白飯      | 不      |
|         | 主菜    | *卡拉雞腿排 | 日式蒲燒魚  | 檸檬燒烤雞翅 | 紅燒肉     | 用      |
|         | 副菜    | 奶香手撕麵包 | 高麗炒肉片  | 玉米炒蛋   | 糖醋嫩腐+米血 | 餐      |
|         |       | 鐵板銀芽肉絲 | 茄汁甜不辣  | 敏豆白精靈菇 | 雙花肉片    |        |
|         | 湯品    | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜    |        |
|         | 結頭黑輪湯 | 芋頭西米露  | 地瓜燒濃湯  | 清燉冬瓜湯  |         |        |
| 餐別 \ 日期 |       | 12月11日 | 12月12日 | 12月13日 | 12月14日  | 12月15日 |
|         |       | 星期一    | 星期二    | 星期三    | 星期四     | 星期五    |
| 晚餐      | 主食    | 沙茶麵疙瘩  | 白飯     | 白飯     | 白飯      | 不      |
|         | 主菜    | 蒜椒豬大排  | 壽喜燒肉片  | *香酥魚片  | 醬燒大排    | 用      |
|         | 副菜    | 白菜什錦   | 雜菜寬粉   | 紅蔘炒蛋   | 魚香豆腐    | 餐      |
|         |       | 豬肉餡餅   | 彩椒玉筍鮮菇 | 黑輪拚米血  | 田園三劍客   |        |
|         | 湯品    | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜    |        |
|         | 豆薯三絲湯 | 珍玻椰綠茶  | 日式鮮菇湯  | 海芽蛋花湯  |         |        |
| 餐別 \ 日期 |       | 12月18日 | 12月19日 | 12月20日 | 12月21日  | 12月22日 |
|         |       | 星期一    | 星期二    | 星期三    | 星期四     | 星期五    |
| 晚餐      | 主食    | 炸醬炒泡麵  | 白飯     | 白飯     | 白飯      | 不      |
|         | 主菜    | 咖哩炸雞翅  | 沙茶里肌   | 豆乳雞    | 鐵板豬柳    | 用      |
|         | 副菜    | 大阪燒高麗  | 芋香四色   | 炒雙花    | 焗汁白菜    | 餐      |
|         |       | 紅豆包    | 蔥燒福州丸  | 糖醋獅子頭  | 脆瓜玉筍雞丁  |        |
|         | 湯品    | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜    |        |
|         | 蘿蔔油腐湯 | 鳳梨珍珠紅茶 | 日式味噌湯  | 酸辣湯    |         |        |
| 餐別 \ 日期 |       | 12月25日 | 12月26日 | 12月27日 | 12月28日  | 12月29日 |
|         |       | 星期一    | 星期二    | 星期三    | 星期四     | 星期五    |
| 晚餐      | 主食    | 日式海苔燉飯 | 白飯     | 白飯     | 白飯      | 不      |
|         | 主菜    | 御膳大排   | 香酥肉排   | 蔥爆肉片   | 鮮蔬燒雞    | 用      |
|         | 副菜    | 高麗什錦   | 泡菜年糕   | 豆皮炒蛋   | 青花肉片    | 餐      |
|         |       | 奶皇包    | 青花獅子頭  | 麻香杏鮑菇  | 番茄蛋豆腐   |        |
|         | 湯品    | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜   | 時令青菜    |        |
|         | 清燉冬瓜湯 | 奶香雙Q   | 南瓜濃湯   | 馬鈴薯營養湯 |         |        |

★本公司全面使用由台灣生產豬肉、雞肉及蛋品★