



大同餐盒有限公司

中科實中國高中



| 2月23日(一) | 2月24日(二) | 2月25日(三) | 2月26日(四) | 2月27日(五) |
|---------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|
| 白飯 | 白飯 | 嘉義米糕 | 白飯 | |
| 麻油雞 | 日式咖哩豬 | ◎唐揚炸雞 | 可樂豬肉 | |
| 烏龍黑干 | 三杯醬淋油腐 | 甘梅地瓜 | 粉絲煲 | |
| 什錦菇炒白菜 | 高麗菜炒嫩雞 | 拌炒海帶根 | 蒲瓜鮮燴 | |
| 青菜 | 青菜 | 青菜 | 有機蔬菜 | |
| 酸辣湯 | 肉骨茶湯 | 椰果QQ綠茶 | 大醬湯 | |
| 熱量： (大卡) 777.8 蛋白質： (克) 32.2 | 熱量： (大卡) 790 蛋白質： (克) 33.5 | 熱量： (大卡) 799.6 蛋白質： (克) 33.9 | 熱量： (大卡) 777.8 蛋白質： (克) 32.2 | 脂肪： (克) 25 醣類： (克) 32.2 |
| | | | | 脂肪： (克) 26 醣類： (克) 105.5 |
| | | | | 脂肪： (克) 26 醣類： (克) 107.5 |

和平紀念日補假



標示◎為油炸物
標示△為半成品
每週二供應水果



* * 使用台灣豬肉 * *



中科實中素食菜單



很好！

| 2月23日(一) | 2月24日(二) | 2月25日(三) | 2月26日(四) | 2月27日(五) |
|--|--|--|--|---------------|
| 香Q白飯 | 香Q白飯 | 嘉義米糕 | 香Q白飯 | |
| 蘑菇醬燒豆腐 | 五更油腐旺 | 三杯黑干片 | 鐵板細腐 | |
| 麻油菇菇 雪裡紅炒豆干 時令青菜 時令青菜 素酸辣湯 | 番茄炒豆包 塔香茄子 時令青菜 時令青菜 素好彩頭湯 | 椒鹽秀珍菇 芙蓉豆蔬捲 時令青菜 時令青菜 素薑絲冬瓜湯 | 彩繪三丁 紅白雙色滷豆輪 時令青菜 時令青菜 素大醬湯 | 和平紀念日 補假一天 |
| 熱量：794.8大卡 脂肪：26克 蛋白質：33.7克 鹼類：106.5克 | 熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 鹼類：105克 | 熱量：773大卡 脂肪：25克 蛋白質：32克 鹼類：105克 | 熱量：799.7大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.3克 鹼類：106克 | |

中科實中晚餐



很好！



| 2月23日(一) | 2月24日(二) | 2月25日(三) | 2月26日(四) |
|------------------------------------|--|------------------------------------|----------|
| 義式茄醬貝殼麵 | 白飯 | 白飯 | |
| 香酥豬柳條 | 紐奧良雞翅 | 古早味滷豬排 | |
| 黑胡椒毛豆莢 | 椒鹽秀珍菇 | 酸菜麵腸 | |
| 鐵板肉絲銀芽 | 黃瓜鮮燴 | 蛋酥白菜 | |
| 福山萬花 | 油菜 | 青江菜 | |
| 味噌豆腐湯 | 波霸奶茶 | 新竹貢丸湯 | |
| 熱量：773大卡 脂肪：25克 蛋白質：32克 鹼類：105克 | 熱量：777.8大卡 脂肪：25克 蛋白質：32.2克 鹼類：106克 | 熱量：773大卡 脂肪：25克 蛋白質：32克 鹼類：105克 | 不供餐 |

* * 使用台灣豬肉 * *