

王子便當 (100.04.11-100.05.06)

明倫國中

4/11(一)	4/12(二)	4/13(三)	4/14(四)	4/15(五)
香Q白飯	香Q白飯	香菇肉燥飯	香Q白飯	香Q白飯
香烤薯餅 綜合珍菇 荷包蛋 當季蔬菜 酸辣湯	椒鹽雞翅 培根豆干 蒜味香腸 蒜香青菜 玉米排骨湯	富貴明蝦 中華鍋貼 北平肉圓 健康青菜 波霸奶茶	北平烤鴨 玉米炒蛋 柴魚章魚燒 田園時蔬 關東煮	芝麻雞腿 咖哩肉片 海苔薯條 四季蔬菜 紫菜蛋花湯
4/18(一)	4/19(二)	4/20(三)	4/21(四)	4/22(五)
香Q白飯	香Q白飯	義大利麵	香Q白飯	香Q白飯
蔬菜排 什錦海帶結 日式蒸蛋 田園圍蔬 豆腐湯	香酥豬排 烏蛋肉燥 香烤雞塊 健康青菜 小丸子湯	麥當勞雞腿堡 海苔壽司 拿坡里披薩 田園圍蔬 綜合圓仔湯	香雞排 紅燒豆腐 茄汁熱狗 現炒時蔬 冬粉肉絲湯	海鮮排 筍干燒肉 芹香甜不辣 健康青菜 玉米濃湯
4/25(一)	4/26(二)	4/27(三)	4/28(四)	4/29(五)
香Q白飯	香Q白飯	櫻花蝦炒飯	香Q白飯	香Q白飯
素肉排 番茄炒蛋 深坑豆腐 田園圍蔬 麵線糊	卡啦雞排 肉燥貢丸 大雞堡 健康青菜 酸辣湯	紐澳良雞肉堡 統一布丁 藍莓派 田園圍蔬 紅茶	蔥燒豬排 咖哩雞 魷魚圈 現炒時蔬 玉米蛋花湯	檸檬雞翅 鐵板豬柳 熱狗棒 健康青菜 黃瓜排骨湯
5/2(一)	5/3(二)	5/4(三)	5/5(四)	5/6(五)
香Q白飯	香Q白飯	沙茶拌麵	香Q白飯	香Q白飯
美味菜捲 麻婆豆腐 地瓜薯條 當季蔬菜 蘿蔔丸子湯	香酥雞腿 家常肉丸子 日式蒸蛋 健康青菜 玉米排骨湯	鹽酥雞 佛跳牆 蜂蜜蛋糕 現炒時蔬 仙草凍奶茶	脆皮烤鴨 什錦肉燥 香酥薯條 田園圍蔬 紫菜蛋花湯	勁脆雞腿堡 蘿蔔燒肉 花枝丸×2 當季青菜 味噌湯

營養師：莊雅婷