

王子便當 (100.03.14-100.04.8)

明倫國中

03/14(一)	03/15(二)	03/16(三)	03/17(四)	03/18(五)
香Q白飯	香Q白飯	高麗菜飯	香Q白飯	香Q白飯
香烤薯餅 什錦海帶結 荷包蛋 四季蔬菜 麵線糊	蔥燒豬排 咖哩雞 花枝丸 健康青菜 玉米排骨湯	鹽酥雞 Y呆滷味 北海道蛋糕 田園圃蔬 燒仙草	脆皮烤鴨 培根豆干 玉米可樂餅 現炒時蔬 黃瓜丸子湯	香酥雞腿 肉燥貢丸 芹香甜不辣 健康青菜 味噌湯
03/21(一)	03/22(二)	03/23(三)	03/24(四)	03/25(五)
香Q白飯	香Q白飯	府城肉燥麵	香Q白飯	香Q白飯
素香雞排 番茄炒蛋 五香豆包 當季蔬菜 酸辣湯	檸檬雞翅 什錦肉燥 蒜味香腸 蒜香青菜 冬粉肉絲湯	勁辣雞腿酥 魷魚羹 海苔壽司 健康青菜 九份芋圓	蒜泥白肉 麻婆豆腐 香酥薯條 田園時蔬 玉米濃湯	香雞排 黑胡椒燴肉 茶碗蒸 四季蔬菜 冬瓜排骨湯
03/28(一)	03/29(二)	03/30(三)	03/31(四)	04/1(五)
香Q白飯	香Q白飯	海苔肉鬆炒飯	香Q白飯	香Q白飯
素肉排 花生麵筋 深坑豆腐 田園圃蔬 紫菜蛋花湯	紐澳良雞肉堡 蘿蔔燒肉 QQ滷蛋 健康青菜 豆腐湯	香雞排 食神滷味 甜甜圈 田園圃蔬 粉圓湯	花枝排 咖哩雞 香烤雞塊 現炒時蔬 蘿蔔丸子湯	香酥雞腿 肉燥油豆腐 中華豆花 健康青菜 玉米蛋花湯
04/4(一)	04/5(二)	04/6(三)	04/7(四)	04/8(五)
清明節 連續假期		維力炸醬麵	香Q白飯	香Q白飯
		雞米花 什錦羹 拿坡里披薩 現炒時蔬 綠豆薏仁湯	雞腿酥 麻婆豆腐 茄汁熱狗 健康青菜 玉米濃湯	椒鹽雞翅 黑胡椒燴肉 彩燴阿給球 四季青菜 麵線糊

營養師: 莊雅婷