

# 王子便當 (100.11.21~100.12.16)

明倫國中

11/21(-)	11/22(二)	11/23(三)	11/24(四)	11/25(五)
香 Q 白飯 地瓜薯條 咖哩芋芋 翠坑豆腐 現炒時蔬 海芽蛋花湯	香 Q 白飯 照燒雞排 肉燥麵筋 蒜漢香腸 田園圍蔬 酸辣湯	火腿炒飯 鹽酥雞 綜合滷味 大亨堡麵包 健康青菜 紅豆薏仁湯	香 Q 白飯 香酥雞腿 麻婆豆腐 芹香甜不辣 當季青菜 玉米濃湯	香 Q 白飯 蔥燒豬排 番茄炒蛋 香烤雞塊 現炒時蔬 珍珠紅茶
11/28(-)	11/29(二)	11/30(三)	12/1(四)	12/2(五)
香 Q 白飯 香烤薯餅 什錦羹 玉米炒蛋 現炒時蔬 豆腐湯	香 Q 白飯 脆皮烤鴨 紅燒豆腐 香烤雞堡 田園圍蔬 玉米濃湯	府城肉燥麵 鹽酥雞 海苔壽司 拿坡里披薩 健康青菜 九份芋圓	香 Q 白飯 鐵路排骨 肉燥烏蛋 海苔花枝丸 2 當季青菜 冬粉肉絲湯	香 Q 白飯 勁辣雞腿酥 管干燒肉 鵝腿 現炒時蔬 仙草凍奶茶
12/5(-)	12/6(二)	12/7(三)	12/8(四)	12/9(五)
香 Q 白飯 香酥薯條 番茄炒蛋 百頁豆腐 現炒時蔬 麵線糊	香 Q 白飯 檸檬雞翅 肉燥貢丸 茄包蛋 田園圍蔬 榨菜肉絲湯	招牌油飯 香雞排 丫呆滷味 菠蘿餐包 健康青菜 珍珠奶茶	香 Q 白飯 香酥豬排 咖哩雞 茄汁熱狗 當季青菜 酸辣湯	香 Q 白飯 五香雞腿 什錦豆輪 香烤雞塊 現炒時蔬 芋香西米露
12/12(-)	12/13(二)	12/14(三)	12/15(四)	12/16(五)
香 Q 白飯 素肉排 花生麵筋 蔥花蛋 現炒時蔬 菜頭丸子湯	香 Q 白飯 三杯雞 黑胡椒燻肉 熱狗棒 田園圍蔬 紫菜蛋花湯	沙茶拌麵 鹽酥雞 魷魚羹 巧克力瑞士捲 健康青菜 燒仙草	香 Q 白飯 勁辣雞腿堡 麻婆豆腐 茄汁果輪 當季青菜 玉米濃湯	香 Q 白飯 茄汁豬排 家常肉丸子 玉米可樂餅 現炒時蔬 冬瓜山粉圓

營養師：莊雅婷