

王子便當 (101.4.1~100.4.30)

明倫國中

4/2(-)	4/3(二)	4/4(三)	4/5(四)	4/6(五)
香 Q 白飯	海苔肉鬆飯	清 明 節	香 Q 白飯	香 Q 白飯
奶酥餐包 素肉排 番茄炒蛋 醬汁油豆腐 現炒時蔬 麵線糊	脆皮烤鴨 黑胡椒燻肉 茄汁熱狗 田園圍蔬 味噌湯		香酥雞腿 紅燒豆腐 蒜味香腸 現炒時蔬 玉米濃湯	鐵路排骨 肉燥貢丸 香酥薯條 田園圍蔬 檸檬紅茶
4/9(-)	4/10(二)	4/11(三)	4/12(四)	4/13(五)
香 Q 白飯	海苔肉鬆飯	火腿炒飯	香 Q 白飯	香 Q 白飯
巧克力瑞士捲 素檸檬雞 花生海帶結 香烤薯餅 現炒時蔬 紫菜蛋花湯	檸檬雞翅 培根豆干 龍鳳腿 田園圍蔬 榨菜肉絲湯	香酥豬排 食神滷味 蛋塔 健康青菜 珍珠奶茶	香雞排 蘿蔔燒肉 茶碗蒸 當季青菜 酸辣湯	芝麻雞腿 肉燥烏蛋 海苔花枝丸 x2 現炒時蔬 冬瓜山粉圓
4/16(-)	4/17(二)	4/18(三)	4/19(四)	4/20(五)
香 Q 白飯	海苔肉鬆飯	義大利麵	香 Q 白飯	香 Q 白飯
楓糖可頌 海苔薯條 素肉燥瓜 荷包蛋 現炒時蔬 豆腐湯	脆皮烤鴨 肉燥麵筋 芹香甜不辣 田園圍蔬 冬粉肉絲湯	勁辣雞腿酥 沙茶米血 拿坡里披薩 健康青菜 綠豆 QQ 圓	富貴明蝦 咖哩雞 五香黑輪 當季青菜 玉米濃湯	三杯雞 什錦羹 花枝排 現炒時蔬 椰香西米露
4/23(-)	4/24(二)	4/25(三)	4/26(四)	4/27(五)
香 Q 白飯	海苔肉鬆飯	櫻花蝦炒飯	香 Q 白飯	香 Q 白飯
草莓丹麥 素紅糟肉 咖哩洋芋 百頁豆腐 現炒時蔬 玉米蛋花湯	蔥燒豬排 Y 呆滷味 章魚燒 田園圍蔬 酸辣湯	香雞排 Y 呆滷味 蜂蜜蛋糕 健康青菜 仙草凍奶茶	海鮮排 黑胡椒燻肉 香烤雞塊 當季青菜 海芽排骨湯	香酥雞腿 麻婆豆腐 熱狗棒 現炒時蔬 珍珠紅茶

營養師：莊雅婷