

日期	星期	主 食	主 菜		副 菜		附餐	穀類	魚類	蔬菜	豆類	蛋類	奶類
1	四	白飯	BBQ雞排 雞排<燒>	泡菜燒肉 豬肉, 泡菜<燒>	▲茶香滷蛋 雞蛋<滷>	竹筍蔬炒 竹筍, 紅蘿蔔<炒>	綠色蔬菜	水果	6.0	3.5	2.0	3.0	808
5	一	沙茶炒麵 麵條, 豬肉, 蔬菜	鐵路豬排 豬排<燒>	蘑菇雞 雞肉, 蘑菇, 彩椒<煮>	醬燒貢丸 貢丸<燒>	黃瓜玉筍 黃瓜, 玉米筍<炒>	綠色蔬菜	水果或果汁	6.1	3.5	1.5	2.7	911
6	二	白飯	五香雞排 雞排<滷>	▲柳葉魚 柳葉魚<炸>	▲番茄炒蛋 雞蛋, 番茄<炒>	蘿蔔煮 蘿蔔, 紅蘿蔔<煮>	綠色蔬菜		6.2	3.5	1.5	2.6	914
7	三	▲海苔炒飯 白飯, 豬肉, 雞蛋, 海苔, 蔬菜	煙燻豬排 豬排<烤>	味噌雞肉 雞肉, 洋蔥<煮>	麻婆豆腐 豆腐, 絞肉<煮>	黑胡椒洋芋 洋芋, 黑胡椒<炒>	綠色蔬菜		6.2	3.5	1.5	2.8	928
8	四	白飯	烤雞肉捲 雞肉捲<烤>	檸檬香茅豬 豬肉, 香茅<煮>	麥克雞塊 雞塊<烤>	蒜香高麗 高麗菜, 蒜<炒>	綠色蔬菜		6.2	3.5	1.5	2.5	929
12	一	白飯	韓式雞排 雞排<燒>	芝香燉肉 豬肉, 芝麻<燉>	雞茸玉米 雞茸, 玉米<炒>	絲瓜粉絲 絲瓜, 冬粉<炒>	綠色蔬菜	水果或果汁	6.1	3.5	1.5	2.7	911
13	二	白飯	泰式豬排 豬排<煮>	打拋雞肉 雞肉, 番茄<煮>	▲小魚豆干 豆干, 小魚干, 蔥<炒>	木耳小瓜 小黃瓜, 木耳<炒>	綠色蔬菜		6.2	3.5	1.5	2.6	914
14	三	上海菜飯 白米, 豬肉, 蔬菜	卡拉雞腿 雞腿<炸>	紅燒肉 豬肉, 紅蘿蔔<燒>	▲海鮮蝦捲 蝦捲<烤>	蔬炒花椰 花椰菜, 蔬菜<炒>	綠色蔬菜		6.2	3.5	1.5	2.8	928
15	四	白飯	滷排骨 豬排<滷>	咖哩雞 雞肉, 洋芋<燴>	泡菜凍腐 凍豆腐, 泡菜<炒>	白菜滷 白菜, 木耳<滷>	綠色蔬菜		6.2	3.5	1.5	2.5	929
19	一	▲台式炒飯 白米, 豬肉, 雞蛋, 蔬菜	卡滋豬排 豬排<炸>	宮保雞 雞肉, 乾辣椒<煮>	大溪黑干 豆干, 酸菜<煮>	蒲瓜木耳 蒲瓜, 木耳<炒>	綠色蔬菜	水果或果汁	6.0	3.5	2.0	2.8	919
20	二	白飯	菲力雞排 雞排<烤>	糖醋肉片 豬肉, 彩椒<煮>	五香雞捲 五香雞捲<烤>	薑絲海帶 海帶, 薑<炒>	綠色蔬菜		6.0	3.0	2.0	3.0	880
21	三	印尼炒麵 麵條, 豬肉, 蔬菜	烤豬排 豬排<烤>	雞米花 雞肉<炸>	▲香Q滷蛋 雞蛋<滷>	玉筍杏鮑菇 杏鮑菇, 玉米筍<炒>	綠色蔬菜		6.0	3.5	2.0	3.0	937
22	四	白飯	照燒雞排 雞排<煮>	佛蒙特咖哩豬 豬肉, 洋芋<燴>	白菜肉羹 肉羹, 白菜<燴>	海山醬蘿蔔 蘿蔔, 海山醬<煮>	綠色蔬菜		6.0	3.5	2.0	2.8	919
26	一	園遊會補假											
27	二	白飯	海苔豬排 豬排, 海苔粉<煮>	泡菜燒雞 雞肉, 泡菜<煮>	魷魚丸 魷魚丸<烤>	拌炒雙芽 黃豆芽, 海帶芽<炒>	綠色蔬菜	水果或果汁	6.0	3.0	2.0	3.0	880
28	三	肉絲炒麵 麵條, 豬肉, 蔬菜	烤雞腿 雞腿<烤>	排骨酥 豬肉<炸>	蜜汁小方干 小方干, 芝麻<煮>	蔬香冬瓜 冬瓜, 蔬菜<煮>	綠色蔬菜		6.0	3.5	2.0	3.0	937
29	四	白飯	▲起司豬排 起司豬排<炸>	香菇雞 雞肉, 香菇<燉>	番茄豆腐 豆腐, 番茄<煮>	田園玉米 玉米, 紅蘿蔔<炒>	綠色蔬菜		6.0	3.5	2.0	2.8	919

●本公司所使用生鮮豬肉及其調理製品之來源皆為台灣豬肉●本校未使用輻射污染食品

▲本菜單含有海鮮、芒果、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適合其過敏體質者食用。

若因天氣或食材因素須更改菜色食材內容，煩請幼華高中師生見諒

HACCP中央廚房：新北市淡水區八勢一街1號 服務電話：28082036