

萊恩興隆校餐點表

111年08月

日期	星期	午餐	點心
1	一	胚芽米白飯、香菇滷肉、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、刺瓜貢丸湯、季節水果	叻仔魚粥
2	二	十六穀米白飯、玉米雞、黃豆燉海帶結、應時青菜、鮮筍排骨湯、季節水果	客家米苔目
3	三	水餃、酸辣湯、季節水果	檸檬愛玉
4	四	白飯、蒜頭雞、三杯杏鮑菇、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	什錦瘦肉粥
5	五	客家炒麵、冬瓜排骨湯、季節水果	薑汁黑糖地瓜湯
8	一	胚芽米白飯、紅燒魚、紅絲炒蛋、應時青菜、蒲瓜大骨湯、季節水果	陽春麵
9	二	十六穀米白飯、西芹炒甜條、蒜拌紫茄、應時青菜、味噌豆腐湯、季節水果	紅豆湯
10	三	什錦蛋炒飯、百菇湯、季節水果	客家湯板條
11	四	白飯、粉蒸肉、茄汁豆包、應時青菜、鳳梨苦瓜排骨湯、季節水果	綠豆湯
12	五	義大利肉醬麵、南瓜濃湯、季節水果	水煮蛋 冬瓜仙草蜜
15	一	白飯、鳳梨燒雞、豆瓣豆腐、應時青菜、海牙蛋花湯、季節水果	紅棗木耳甜湯
16	二	白飯、香菇滷肉、蒸蛋、應時青菜、玉米結湯、季節水果	米苔目甜湯
17	三	滷肉飯、滷蛋、紫菜叻仔魚湯、季節水果	芋頭米粉湯
18	四	白飯、脆皮雞排、枸杞絲瓜蛋、應時青菜、冬瓜湯、季節水果	關東煮
19	五	酸辣湯麵、季節水果	皮蛋瘦肉粥
22	一	白飯、三杯雞、薑絲海帶根、應時青菜、玉米蛋花湯、季節水果	絲瓜肉絲粥
23	二	地瓜飯、馬鈴薯燉肉、蒸蛋、應時青菜、牛蒡雞湯、季節水果	肉燥湯麵
24	三	炸醬麵、貢丸湯、季節水果	什錦肉羹湯
25	四	白飯、糖醋魚塊、三絲炒蛋、應時青菜、海牙豆腐湯、季節水果	麵疙瘩
26	五	南洋咖喱雞飯、青木瓜排骨湯、季節水果	沙其瑪 冬瓜茶
29	一	白飯、咕咾肉、蒸蛋、應時青菜、冬瓜魚丸湯、季節水果	餛飩湯
30	二	開學	四寶甜湯
31	三		客家鹹粥

營養師:劉美蓉