

雲林縣揚子高級中等學校第七周餐食表

日期/星期	早餐	中餐					晚餐					備註
10/11	一											雙十節補假
10/12	二	麵包 什錦湯麵 咖啡牛奶	紅燒牛腩 (雞排)	紅 k 炒蛋	榨菜 豆干片	青菜 海帶芽虱 目魚丸湯	紅燒鴨肉	洋蔥炒蛋	滷粉絲	青菜	蛋花湯	水果日
10/13	三	包子饅頭 芋頭粥 炒蛋 豆漿	調理雞排	絲瓜 粉絲	紅白豆腐	青菜 白 k 貢丸片湯	蔥酥肉燥	涼拌豆腐		青菜	豬血湯	晚-牛肉麵
10/14	四	果醬吐司 餛飩麵 茶葉蛋 巧克力奶茶	三杯腿仁丁	玉米炒蛋	大白菜肉羹	味噌豆腐湯	紅白 k 燒雞	花生米血	洋蔥豆包	青菜	粉絲湯	水果日
10/15	五	麵包 肉羹麵線 水煮蛋 豆漿	蔥酥肉燥	海帶絲	大黃瓜 黑輪	青菜 愛玉 QQ	醬爆肉片	蒸米腸	蛋酥大白菜	青菜	筍絲羹湯	社團日
10/16	六	掛包 豆漿	Lm 雞排	滷油豆腐	炒寬粉	青菜 榨菜肉絲湯	菲力雞排	茄汁豆包	豆干片	青菜	白 K 湯	
10/17	日	雞肉堡 奶茶	雞腿堡	什錦炒麵	芝麻球	青菜 蛋花湯	花枝排	蔥酥肉燥	紅 K 炒蛋	青菜	味噌湯	