

揚子學校財團法人雲林縣揚子高級中等學校

第 14 周餐食表

日期/星期	早餐	中餐	晚餐	備註
5/25 一	麵包 肉絲湯麵 水煮蛋 豆漿	半香雞 榨菜 肉絲 豆干片	番茄 炒蛋 青菜 味噌 豆腐湯 洋蔥 肉片 鹹魚	香滷 粉絲 青菜 玉米 濃湯
5/26 二	包子饅頭 皮蛋粥 豆漿 炒蛋	肉塊 油豆腐 4分干	鴿蛋 青菜 紅豆 QQ圓 香菇雞 菜脯 炒蛋	筍絲 肉羹 青菜 豬血湯 水果日
5/27 三	蛋糕 排骨酥麵 茶葉蛋 豆漿	紅燒 牛腩 高麗菜 培根	麻婆 豆腐 青菜 大黃瓜 排骨湯 辣炒 雞丁	蝦仁捲 五香 豆干 青菜 蛋花湯 晚- 鐵板麵
5/28 四	麵包 海鮮粥 水煮蛋 豆漿	三杯 腿仁丁 玉米 炒蛋	中式 香腸 青菜 紅茶 西米露 QQ 珍珠奶茶	咖哩 雞丁 長豆炒 豆包 高麗菜 培根 青菜 四神湯 水果日
5/29 五 全放	綜合吐司 肉燥米粉 炒蛋 豆漿	肉燥 乾麵 雞腿堡	一口 水餃 豆芽菜	
5/30 六 全放				
5/31 日 全放				

5/27 **紅燒牛腩**：番茄、洋蔥、紅白K。 5/29 **肉燥乾麵**：豆乾丁、絞肉細。