

揚子學校財團法人雲林縣揚子高級中等學校

第 8 周餐食表

日期/星期		早餐	中餐					晚餐					備註
4/13	一	麵包 什錦湯麵	御膳 里肌	三杯 腿仁丁	青椒 豆干片	青菜	味噌 豆腐湯	洋蔥 肉片	炸 三角骨	麻婆 豆腐	青菜	蛋花湯	
4/14 水果日	二	包子饅頭 皮蛋粥 水煮蛋	Lm 雞排	蔥酥 肉燥	玉米粒 火腿丁	青菜	白 K 排骨湯	芋頭 蒸排骨	菜圃 炒蛋	米血 杏鮑菇	青菜	酸辣湯	
4/15	三	蛋糕 排骨酥麵 保久乳	肉塊 筍乾	魚條 花枝丸	洋蔥蠔 絲炒蛋	青菜	綠豆 QQ 圓	辣炒 雞丁	春捲	泡菜 黑輪	青菜	味噌湯	晚- 炸醬麵
4/16 水果日	四	麵包 清粥小菜 水煮蛋	馬 K 雞丁	中式 香腸	海帶節 油豆腐	青菜	玉米段 排骨湯	蔥油雞	洋蔥 炒蛋	筍絲 肉羹	青菜	冬菜 粉絲湯	
4/17 社團日	五	果醬吐司 肉羹麵	半香雞	麻婆 豆腐	茶葉蛋	青菜	紅茶 QQ 西米露	炸雞翅	四季豆 炒豆包	肉燥 油豆腐	青菜	榨菜 肉絲湯	
4/18 B 留校	六	蛋糕 芋頭粥 保久乳	鐵板麵	雞腿堡	蒸米腸	青菜	白木耳 桂圓紅棗	炸豬排	滷蛋	三杯 杏鮑菇	青菜		
4/19 B 留校	日	培根蛋餅	糖醋 咕咾肉	滷雞腿	榨菜 豆干片	青菜	蛋花湯	無骨 雞排	蒜泥 肉片	洋蔥 炒豆包	青菜		

4/15 炸醬麵：絞肉、豆干丁、豆芽菜。

4/18 芋頭粥：細絞肉、三色、洋蔥、醬汁。