

# 揚子學校財團法人雲林縣揚子高級中等學校

## 第 9 周餐食表

日期/星期		早餐	中餐					晚餐					備註
4/20	一	麵包 什錦湯麵	無骨 雞排	咖哩 肉片	油豆腐 滷香菇	青菜	海帶芽 虱目魚 丸湯	洋蔥 鹹豬肉	五香 滷蛋	小黃瓜 炒雞丁	青菜	白K 丸湯	
4/21	二	蛋糕 玉米雞茸粥 保久乳	肉塊 梅乾菜	小甜 米血	麻辣 雙蛋	青菜	冬瓜 排骨湯	滷雞排	鹹魚	打拋豬	青菜	味噌湯	
4/22	三	包子饅頭 餛飩麵 水煮蛋	炸雞翅	番茄豆 腐炒蛋	長豆 炒雞柳	青菜	紅豆 QQ圓	蔥酥 肉燥	酸菜炒 麵腸	百頁 杏鮑菇	青菜	豬血湯	晚- 牛肉麵
4/23	四	蛋糕 皮蛋粥	烤雞	麻婆 豆腐	紅K 炒蛋	青菜	白K 貢丸片湯	吳郭魚	高麗菜 肉片	肉燥 油豆腐	青菜	四神湯	
4/24	五	大亨堡 鐵板麵 保久乳	三杯 腿仁丁	中式 香腸	榨菜 豆干片	青菜	珍珠奶茶	紅燒 豬腳	玉米 炒蛋	沙茶 火鍋	青菜	大黃瓜 湯	
4/25	六	麵包 叻仔魚粥 水煮蛋	滷雞腿	高麗菜 肉片	大黃瓜 燴肉羹	青菜	紅茶QQ 西米露	紅燒 五花肉	荷包蛋	油豆腐 滷冬粉	青菜		B放
4/26	日	漢堡	半香雞	什錦 炒麵	櫻花蝦 炒飯	青菜 芝麻球	蛋花湯	咕咾肉	蒸蛋	長豆炒 肉絲	青菜		B放

4/21 麻婆雙蛋：魚蛋、黑干、鵪蛋。打拋豬：絞肉、番茄、九層塔、Lm。 4/22 牛肉麵：蔥、牛骨、小白菜。

4/23 四神湯：蔥仁、小腸。 4/26 漢堡：雞腿堡、火腿片、沙拉