

揚子高中伙食團第 19 周餐食表

日期/星期		早餐	中餐					晚餐					備註
12/30	一	麵包 什錦湯麵	蔥酥肉 燥	雞塊 小羊腸	玉米 炒蛋	青菜	海帶芽 蛋花湯	辣炒 雞丁	酸菜 麵腸	筍絲 肉羹	青菜	冬瓜 丸湯	
12/31	二	包子饅頭 皮蛋粥 水煮蛋	燻雞	麻婆 豆腐	香滷 粉絲	青菜	當歸鴨 肉麵線	火鍋				紅茶	中-水果
1/1 元旦	三	蛋餅	牛腩 湯麵	肉燥飯	滷蛋	青菜	餛飩湯	半香雞	高麗菜 培根	洋蔥炒 豆包	青菜		高三留校
1/2	四	麵包 玉米肉絲粥	雞腿堡	紅K 炒蛋	大黃瓜 貢丸片	青菜	味噌 豆腐湯	豆鼓蒸 排骨	米血 杏鮑菇	魚香 茄子	青菜	玉米 濃湯	水果
1/3	五	蛋糕 排骨酥麵	什錦菇 燴肉片	4分干 百頁	柳葉魚	青菜	紅豆紫米	滷雞腿	菜圃炒 蛋	打拋豬	青菜	肉羹湯	
1/4	六	果醬吐司 海鮮粥	1m 雞翅	鐵板麵	珍珠丸	青菜	紅茶 西米露	雞米花	米腸 炒香腸	麻婆 豆腐	青菜	粉絲湯	國三高 二三申 請留校
1/5	日	漢堡 洋蔥炒培根	半香雞	洋蔥 炒蛋	肉絲 油豆腐	青菜	白K 丸湯	咕咾肉	豆輪滷 肉塊	蒸蛋	青菜	豬血湯	國三高 二三申 請留校

12/31 **火鍋**：肉片、火鍋料、豆角、冬粉、金針菇、高麗菜、米血、秀珍菇、油豆腐、白飯。**打拋豬**：絞肉、番茄、九層塔、洋蔥。