

揚子學校財團法人雲林縣揚子高級中等學校 第十二周餐食表

日期/星期	早餐	中餐	晚餐	備註
11/16 一	麵包 什錦湯麵 水煮蛋 豆漿	Lm 雞排 肉燥 豆乾丁 青椒 肉片	青菜 味噌 豆腐湯 芋頭 排骨 絲瓜 燴蛋 三角骨 青菜 豬血湯	
11/17 二	果醬吐司 皮蛋粥 炒蛋 咖啡牛奶	肉塊 梅乾菜 紅k 炒蛋 大黃瓜 肉羹	青菜 玉米濃湯 蔥油雞 鹹魚 麻婆 豆腐 青菜 當歸 粉絲湯	水果日
11/18 三	包子饅頭 排骨酥麵 茶葉蛋 豆漿	炸雞翅 榨菜肉 絲豆干 片 白k魚卵 卷 米血	青菜 海帶芽 蛋花湯 辣炒 雞丁 飄香果 沙茶四 分乾 青菜 味噌湯 肉燥 乾麵	
11/19 四	蛋糕 芋頭粥 水煮蛋 巧克力 牛奶	什錦菇 肉片 柳葉魚 玉米炒 蛋	青菜 白K排骨 湯 油雞腿 洋蔥炒 蛋 豆芽炒 豆包 青菜 酸辣湯	水果日
11/20 五	麵包 肉羹麵 茶葉蛋 豆漿	雞腿堡 咖哩魚 蛋 香滷粉 絲	青菜 芋頭西米 露 黑瓜絞 肉 米血、百 頁 大白菜 肉羹 青菜 粉絲湯	
11/21 六	蛋糕 肉燥飯 炒蛋 豆漿	三杯腿 仁丁 韭菜小 條 茶葉蛋 青菜	紅茶珍珠 嫩汁雞 排 麻婆豆 腐 炒寬粉 青菜 蛋花湯	
11/22 日	大亨堡 湯麵 咖啡牛奶	南瓜肉 片 滷雞翅 高麗菜 培根	青菜 大黃瓜丸 湯 無骨機 排 白K滷 豆角 紅K炒 蛋 青菜 榨菜肉 絲湯	

11/18 肉燥乾麵：絞肉、豆干、豆芽。 11/20 芋頭西米露：綠豆仁、椰漿。 11/22 大亨堡：熱狗、玉米沙拉、番茄醬。