

雲林縣揚子高級中等學校第七周餐食表

日期/星期	早餐	中餐					晚餐					備註	
10/11	一											雙十節 補假	
10/12	二	麵包 什錦湯麵 咖啡牛奶	肉塊 油豆腐	紅k 炒蛋	榨菜 豆干片	青菜	海帶芽虱 目魚丸湯	紅燒 鴨肉	洋蔥 炒蛋	滷粉絲	青菜	蛋花湯	水果日
10/13	三	包子饅頭 芋頭粥 炒蛋 豆漿	調理 雞排	絲瓜 粉絲	紅白 豆腐	青菜	白k 貢丸片湯	蔥酥 肉燥	涼拌 豆腐		青菜	豬血湯	晚-牛肉 麵
10/14	四	果醬吐司 餛飩麵 茶葉蛋 巧克力奶茶	三杯 腿仁丁	玉米 炒蛋	大白菜 肉羹	青菜	味噌 豆腐湯	紅白k 燒雞	花生 米血	洋蔥 豆包	青菜	粉絲湯	水果日
10/15	五	麵包 肉羹麵線 水煮蛋 豆漿	蔥酥 肉燥	海帶絲	大黃瓜 黑輪	青菜	愛玉QQ	醬爆 肉片	蒸米腸	蛋酥 大白菜	青菜	筍絲 羹湯	社團日
10/16	六	掛包 豆漿	Lm 雞排	滷 油豆腐	炒寬粉	青菜	榨菜 肉絲湯	菲力 雞排	茄汁 豆包	豆干片	青菜	白K湯	
10/17	日	雞肉堡 奶茶	雞腿堡	什錦 炒麵	芝麻球	青菜	蛋花湯	花枝排	蔥酥 肉燥	紅K 炒蛋	青菜	味噌湯	