

均一高中105學年度第2學期菜單內容明細表-早餐  
第20週 (6/26 ~6/30)

日期	星期一 6/26	星期二 6/27	星期三 6/28	星期四 6/29	星期五 6/30
早餐	起司蛋吐司	包子	香酥鍋貼	豬柳沙拉堡	
	吐司 德國起司片 沙拉醬 蛋 美生菜 小黃瓜 大番茄(青)	肉包 菜包 豆沙包	鍋貼	豬柳 洋蔥 美生菜 沙拉堡	
素食早餐	起司蛋吐司	包子	香酥鍋貼	素肉蔬菜沙拉堡	
	吐司 德國起司片 沙拉醬 蛋 美生菜 小黃瓜 大番茄(青)	菜包 豆沙包	素鍋貼	洋蔥 美生菜 沙拉堡	
飲料	麥茶	綠豆薏米湯	冬瓜茶	阿華田	

均一高中105學年度第2學期菜單內容明細表-午餐  
第20週 (6/26 ~6/30)

日期	星期一	6/26	星期二	6/27	星期三	6/28	星期四	6/29	星期五	6/30
主食	飯		飯		麵					
	關山米		關山米		義大利麵					
主菜	清蒸豆腐		梅干扣肉		義大利麵					
	油豆腐 薑絲 蒜末		五花肉塊 梅干菜 紅k		小拉麵 絞肉 洋蔥 蘑菇 三色豆 蘑菇醬					
素食	清蒸豆腐		梅干焯素臘肉		素義大利麵					
	油豆腐 芹菜 薑絲		素臘肉 梅乾菜 紅k		小拉麵 素大腿丁 蘑菇 三色豆 素蘑菇醬					
副菜	炒杏鮑菇頭		咖哩大白菜		薯條					
	杏鮑菇頭 洋蔥 木耳 玉米筍 蔥段		大白菜 紅K 豆皮 木耳 咖哩粉		薯條					
素食	炒杏鮑菇頭		咖哩大白菜		薯條					
	杏鮑菇頭 木耳 玉米筍 碧玉筍		大白菜 紅K 豆皮 木耳 素咖哩粉		薯條					
青菜	季節食蔬		季節食蔬		季節食蔬					
	南瓜		洋蔥/瓠瓜(素)		豆芽菜					
湯	海帶芽味噌湯		餛飩湯		雞茸玉米湯					
	海帶芽 味噌 蔥珠 番茄		餛飩 小白菜 素餛飩		雞胸肉丁 火腿丁 玉米粒存蛋 玉米濃醬					
素食	海帶芽味噌湯		麵疙瘩湯		素蝦捲玉米湯					
	味噌 芹菜 海帶芽		麵疙瘩 小白菜		玉米粒 紅k 素蝦捲丁					
水果	西瓜				香蕉					

均一高中105學年度第2學期菜單內容明細表-晚餐

第20週 (6/26 ~6/30)

日期	星期一 6/26	星期二 6/27	星期三 6/28	星期四 6/29	星期五 6/30
主食	飯	飯	飯		
	關山米	關山米	關山米		
主菜	黑胡椒肉絲	京都排骨	馬鈴薯燉雞肉		
	肉絲 豆干條 黑胡椒醬 蔥段	京都排骨	馬K 全雞塊 紅K		
素食	黑胡椒豆干	炒素臘肉	馬鈴薯燉素雞		
	豆干條 芹菜 黑胡椒粒 木耳 紅k	芹菜葉 素臘肉 薑絲	馬鈴薯 紅k 素雞		
副菜	魚板燴絲瓜	肉絲炒瓠瓜	黃瓜燴雙片		
	絲瓜 魚板 金針菇	瓠瓜 紅K 肉絲	大黃瓜 貢丸片(大) 肉片 紅蘿蔔 杏鮑菇		
素食	豆腸燴絲瓜	素肉炒瓠瓜	黃瓜燴雙片		
	絲瓜 枸杞 金針菇 豆腸	瓠瓜 紅K 木耳 素臘肉	大黃瓜 杏鮑菇 紅k 木耳 素臘肉		
青菜	季節食蔬	季節食蔬	季節食蔬		
	高麗菜	白蘿蔔	青江菜		
湯	香菇雞湯	番茄豆腐湯	金針肉絲湯		
	全雞塊 香菇 薑片	番茄 豆腐 蛋	肉絲 乾金針 香菇絲		
素食	瓠瓜杏鮑菇湯	番茄豆腐湯	金針湯		
	香菇 瓠瓜 杏鮑菇	番茄 豆腐	乾金針 香菇絲 木耳		