

臺南市東區私立德光中學4/1-4/30菜單 嘉丞食品工廠

| 日期 | 星期 | 供餐樓層 | 主食 | 主菜(一) | 主菜(二) | 副菜(一) | 副菜(二) | 湯品 | 膳期 | 餐食費 | 膳費 | 雜費 |
|------|----------|------|-------------|----------------|-------------------|------------------|-------|-----------------|------|------|------|-------|
| 4/1 | 三 | 5F | 白飯/煮 | 京醬肉絲/煮 | 照燒雞/煮 | 枸杞南瓜/煮 | 炒青菜/炒 | 豆薯三絲湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 白米120 | 肉絲30 芥藍20紅蘿蔔10 | 雞丁35 玉米粒15 | 枸杞適量 南瓜40 | 青菜 | 豆薯絲10木耳2紅蘿蔔10 | | | | |
| 4/6 | 一 | | 燕麥飯/煮 | 黑胡椒豬排/煮 | 普羅旺斯燉雞/煮 | 翡翠蒸蛋/蒸 | 炒青菜/炒 | 關東煮/煮 | 187 | 26 | 27 | 780 |
| | | | 白米110 燕麥10 | 黑胡椒適量 豬排35 | 馬鈴薯20 紅蘿蔔10雞丁30 | 蛋液30翡翠適量 | 青菜60 | 白蘿蔔10黑輪10 | | | | |
| 4/7 | 二 | | 白飯/煮 | 燒烤雞腿排/烤 | 豆芽肉片/炒 | 麻婆豆腐/煮 | 炒青菜/炒 | 紫菜蛋花湯/煮 | 99 | 25.8 | 22.5 | 717.5 |
| | | | 白米120 | 雞腿排40 | 肉片35 豆芽10 | 豆腐35絞肉10 | 青菜60 | 紫菜1蛋液10 | | | | |
| 4/8 | 三 | 2F | 白飯/煮 | 帶骨鐵路豬排/煮 | 砂鍋魚柳/煮 | 紅蘿蔔炒蛋/炒 | 炒青菜/炒 | 冬瓜排骨湯/煮 | 112 | 25 | 29 | 820 |
| | | | 白米120 | 豬排35 | 大白菜40虱目魚柳30 | 紅蘿蔔15蛋液30 | 青菜60 | 冬瓜10排骨10 | | | | |
| 4/9 | 四 | | 小米飯/煮 | 鹹酥雞/炸 | 紫酥梅肉丁/煮 | 揚出豆腐/煮 | 炒青菜/炒 | 筍絲雞湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 小米10排米110 | 雞丁35地瓜20 | 紫酥梅適量 肉丁35 | 豆腐35紫魚片適量 | 青菜60 | 筍絲10雞丁10 | | | | |
| 4/10 | 五 飢餓日 | | 愛心午餐 素粽 | | | | | | 102 | 26 | 22.5 | 755 |
| 4/13 | 一 | | 白飯/煮 | 滷豬排/煮 | 咖哩雞/煮 | 西芹豆干/炒 | 炒青菜/炒 | 豆薯三絲湯/煮 | 91.5 | 28.2 | 25 | 719.5 |
| | | | 白米120 | 豬排35 | 雞丁35馬鈴薯20紅蘿蔔15 | 豆干30西芹1 | 青菜60 | 豆薯絲10木耳2紅蘿蔔10 | | | | |
| 4/14 | 二 | | 紅藜麥飯/煮 | 宮保雞/炒 | 豆芽肉片/炒 | 絲瓜豆皮/煮 | 炒青菜/炒 | 蘿蔔排骨湯/煮 | 112 | 25 | 29 | 820 |
| | | | 紅藜麥10白米120 | 雞丁45油花生5 | 豆芽菜25肉片30黑胡椒適量 | 絲瓜50豆皮10 | 青菜60 | 蘿蔔10排骨10 | | | | |
| 4/15 | 三 | 3F | 白飯/煮 | 三杯雞/炒 | 杏鮑菇肉燥/煮 | 玉米蒸蛋/蒸 | 炒青菜/炒 | 筍絲雞湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 白米120 | 雞丁40馬鈴薯10薑1 | 杏鮑菇20肉燥30 | 玉米粒10蛋液30 | 青菜60 | 筍絲10雞丁10 | | | | |
| 4/16 | 四 | | 大滷麵/煮 | 台式炸雞/炸 | 紫酥梅肉丁/煮 | 南瓜雜糧饅頭/蒸 | 炒青菜/炒 | 大滷湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 細拉麵200 | 雞丁45馬鈴薯15 | 高麗菜25肉丁35 | 南瓜雜糧饅頭25 | 青菜60 | 蛋液10蘿蔔10木耳1肉羹10 | | | | |
| 4/17 | 五 蔬食日 | | 燕麥飯/煮 | 糖醋魚排/煮 | 咖哩海鮮白花/炒 | 洋蔥炒蛋/炒 | 炒青菜/炒 | 綠豆粉角/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 燕麥10白米110 | 糖醋醬另裝 魚排35 | 咖哩適量蝦仁10鮑魚10白花菜40 | 蛋液30洋蔥20 | 青菜60 | 綠豆10粉角10 | | | | |
| 4/20 | 一 | | 小米飯/煮 | 雞腿排/烤 | 京醬肉絲/煮 | 香酥豆腐/炸 | 炒青菜/炒 | 養生菇菇湯/煮 | 91.5 | 28.2 | 25 | 719.5 |
| | | | 白米110 小米10 | 雞腿排40 | 芥藍菜35肉絲30 | 豆腐40 | 青菜60 | 大白菜5g香菇2g杏鮑菇2g | | | | |
| 4/21 | 二 | | 胚芽飯/煮 | 宮保雞丁/炒 | 洋蔥豬柳(乾)/煮 | 韓式寬粉/炒 | 炒青菜/炒 | 蘿蔔排骨湯/煮 | 112 | 25 | 29 | 820 |
| | | | 白米110 胚芽10 | 雞丁35油花生5 | 洋蔥20 豬柳 30白芝麻適量 | 寬粉20豆芽菜10 | 青菜60 | 蘿蔔10排骨10 | | | | |
| 4/22 | 三 | 4F | 白飯/煮 | 麻醬豬排/煮 | 蜜汁雞/煮 | 玉米三色/煮 | 炒青菜/炒 | 大瓜魚丸湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 白米120 | 麻醬適量 豬排35 | 雞丁30地瓜20 | 玉米粒40紅蘿蔔10青豆仁5 | 青菜60 | 大瓜10魚丸10 | | | | |
| 4/23 | 四 | | 白飯/煮 | 香酥雞翅/炸 | 打拋肉/煮 | 筍絲炒蛋/炒 | 炒青菜/炒 | 洛神梅子湯/煮 | 112 | 25 | 29 | 820 |
| | | | 白米120 | 雞翅35 | 絞肉15九層塔2豆干20番茄10 | 筍絲20蛋液30 | 青菜60 | 洛神10梅子5 | | | | |
| 4/24 | 五 蔬食日 | | 什錦炒麵/炒 | 糖醋魚柳/煮 | 菜包/蒸 | 關東煮/煮 | 炒青菜/炒 | 卑南豬血湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 麵條200 高麗菜10 | 洋蔥20糖醋適量 魚柳30 | 菜包60 | 蘿蔔20米血黑輪15 | 青菜60 | 韭菜 1豬血10 | | | | |
| 4/27 | 一 | | 白飯/煮 | 香酥雞腿/炸 | 酸白菜火鍋肉/煮 | 紅蘿蔔洋蔥炒蛋/炒 | 炒青菜/炒 | 番茄蔬菜湯/煮 | 91.5 | 28.2 | 25 | 719.5 |
| | | | 白米120 | 雞排35 | 白菜30肉片20凍豆腐15 | 蛋液30紅蘿蔔15洋蔥20 | 青菜60 | 番茄10高麗菜10 | | | | |
| 4/28 | 二 | 5F | 糙米飯/煮 | 筍干扣肉/煮 | 蜜汁雞/煮 | 沙茶毛豆玉米/煮 | 炒青菜/炒 | 香菇雞湯/煮 | 112 | 25 | 29 | 820 |
| | | | 白米110 糙米10 | 筍干20肉丁35梅干適量 | 雞丁30地瓜20 | 沙茶適量 玉米20毛豆10 | 青菜60 | 香菇2雞丁10白蘿蔔10 | | | | |
| 4/29 | 三 | | 白飯/煮 | 椒鹽雞翅/烤 | 回鍋肉片/炒 | 三杯杏鮑菇/煮 | 炒青菜/炒 | 冬瓜排骨湯/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 白米120 | 雞翅35 | 肉片30高麗菜25 | 薑1九層塔1杏鮑菇20馬鈴薯20 | 青菜60 | 冬瓜10排骨10 | | | | |
| 4/30 | 四 | | 小米飯 | 味噌豬排/煮 | 翡翠蒸蛋/蒸 | 綜合滷味/煮 | 炒青菜/炒 | 梅子綠/煮 | 85 | 30 | 28 | 729 |
| | | | 小米10 白米110 | 豬排35 味噌適量 | 蛋液30翡翠適量 | 豆干20 海帶10 熟花生5 | 青菜60 | 梅子5綠茶502 | | | | |