

德光中學午餐-久大素食(11月25日~11月29日)

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	青菜	湯	蛋白質	脂肪	醣類	熱量
11/25	一	白米飯	素蒼蠅頭	翡翠蒸蛋	鮮菇炒三絲	炒青菜	蘿蔔玉米湯	27	30	106	802
11/26	二	白米飯	素醃鵝	素肉燥滷蛋	什錦鮮蔬	炒青菜	冬菜粉絲湯	26	29	108	797
11/27	三	白米飯	雙菇燴豆腐	紅蘿蔔炒蛋	羅漢齋	炒青菜	榨菜金針湯	25	28	102	760
11/28	四	胚芽飯	芹香蕃茄豆 包絲	素梅子雞	海苔地瓜	炒青菜	紫菜蛋花湯	29	28	107	796
11/29	五	白米飯	素麻婆豆腐	煎蛋捲	紅燒素肉	炒青菜	仙草蜜	27	29	108	801

工廠登記：99-674927-00 電話：06-2976819 傳真：06-2978248 營養師：史玄潔

地址：台南市安平區平豐路391巷22弄14號

*本菜單有供應花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆等及其製品