

華盛頓中學110年10月份菜單

日期	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	鍋燒意麵 小籠湯包 小薯球 豆漿	蛋餅 起司 芋泥包 美祿	烤土司 起司 薯餅 薏仁漿	蘑菇鐵板麵 薯條 味噌湯	潛艇堡 板烤雞 起司 紅茶	芝麻包 豆漿
	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐
中餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品
	熱量	872	879	891	882	886
晚餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐
	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜	主菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜	副菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	青菜
	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品	湯品
	水果	水果	水果	水果	水果	水果
熱量	872	868	905	882	894	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]