

普台高中114年4月7日至4月13日 膳食菜單暫定表

日期	星期	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日
星期	日	一	二	三	四	五	六	日
西式早點	飲品	高麗菜鹹粥	奶茶	米漿	玉米濃湯	紅茶	芝麻豆漿	白粥
	主食	鮮奶饅頭	滿福堡	厚片土司	蘑菇醬拌麵	沙拉堡	白麥土司	芋頭饅頭
	主菜	芹香豆干	鮮蔬蛋沙拉	玉米火圈炒蛋	糖醋素若排	熟鸡蛋沙拉	水素蛋	紅燒豆包
	副菜	塔香海帶根	起司片	巧克力醬	快炒銀芽	白醬管麵	炸薯球	豆腐乳/香脆酥
	副菜	幼筍/炒油菜	黑胡椒蘑菇	炒青花菜	炒小白菜	起司片	藍莓醬	香濃筍干
中式早點	飲品	高麗菜鹹粥	奶茶	米漿	玉米濃湯	紅豆紫米湯	芝麻豆漿	白粥
	主食	鮮奶饅頭	銀絲卷	高麗菜包	蘑菇醬拌麵	芋泥包	蒸鍋貼	芋頭饅頭
	主菜	芹香豆干	鮮蔬蛋沙拉	玉米火圈炒蛋	糖醋素若柳	熟鸡蛋沙拉	水素蛋	紅燒豆包
	副菜	塔香海帶根	梅干苦瓜	蘆筍炒油片	快炒銀芽	腰果海苔酥	烤地瓜	豆腐乳
	副菜	幼筍	起司片	結頭嫩排骨	炒小白菜	牛蒡絲	鮮菇焗南瓜	香脆酥
	青菜	炒油菜	鮮菇四季豆	炒青花菜	炒芥藍菜	芥藍菜	炒小芥菜	香濃筍干
	主食	紫米飯	白米飯	燕麥飯	白米飯	香菇素燴拌麵	糙米飯	白米飯
	主菜	宮保丁	咖哩豆腐炒蛋	腐乳燒嫩腐	京醬橫絲	三杯油豆腐	日式馬鈴薯嫩若	麻婆粉絲蒸蛋
	加菜	鼓汁燒蛋		沙茶燒蛋		茶葉蛋		
	副菜	沙茶佃煮百菇	杏菇燒雞腸	四喜烤魷	寧波炒年糕	麻辣燙	干鍋白花干片	蘿蔔油豆腐
午餐	副菜	義式烤鮮蔬	麻辣炒冬粉	奶焗白菜	鮮菇冬瓜湯	榨菜蒲瓜絲	酥炸時蔬	
	青菜	炒鴨白菜	炒地瓜葉	炒A菜	炒小芥菜	炒青菜	炒菠菜	炒大陸妹
	湯	何首烏養神湯	青木瓜藥膳湯	紅燒湯	鮮筍羹湯	綜合仙草湯圓	關東煮湯	麻油G湯
	果	芭樂	蘋果	橘子	鳳梨	洋香瓜	小蕃茄	芭樂
	地方	砂鍋菜飯	白米飯	素蚵仔麵線	中華炒麵	黑胡椒若絲蛋炒飯	普台擔擔飯	白飯
	異國	韓式奶醬義大利麵	紅燒湯餃	泰式打拋D蛋飯	義式紅醬燉飯	韓式炸醬拌麵		厚片吐司
	麵食	味噌豆乳拉麵	大滷刀削麵	普台擔擔湯麵	香辣湯麵	時蔬湯咖哩麵	台式臭臭鍋-麵	素土魷絲羹
	風味	白飯	沙茶洋若燴飯	白飯	白飯	白飯	普台擔擔飯	蜜汁排骨飯
	加菜	雙瓜麵	醬油炒白菜	香椿拌麵	脆米飯	炒米粉	麻油拌飯	麵條、醬汁
	果	木瓜	葡萄	香蕉	木瓜	芭樂	葡萄	橘子
量	63.6	72.1	57.9	69.5	64.5	73.3	59.2	
中	50	54	42	51.5	58.5	43.5	43.5	
午	245.5	253	241.5	251	258.5	231.5	231.5	
晚餐	1686.4	1786.4	1735.6	1777	1755.5	1835.7	1554.3	

自民國98年承接以來即使用C A S 產品，並於政府強制規定前即使用非基因改造黃豆製品。味帝