中興高中

JIEDA
潔達有限公司

8/12(一)	8/13(二)	8/14(三)	8/15(四)	8/16(五)
香Q白飯	燕麥飯	什錦炒麵	糙米飯	麥片飯
鐵路豬排	***鹽酥雞**	***日式炸豬排**	**番茄燒雞**	**味噌燒肉**
紅蘿蔔炒蛋	北港魷魚羹	輕食關東煮	香菇花椰	螞蟻上樹
金菇絲瓜	海帶三絲	沖繩黑糖捲	海苔章魚燒	小魚干片
空心菜	青江菜	小白菜	大陸A菜	油菜
白玉香菇湯	珍珠紅茶	香菇筍片湯	味噌海芽湯	蔬菜蛋花湯
熱量832卡 蛋白質34克 脂肪27克 醣類110克	熱量866卡 蛋白質34克 脂肪27克 醣類116克	熱量860卡 蛋白質35克 脂肪28克 醣類113克	熱量807卡 蛋白質32克 脂肪26克 醣類106克	熱量856卡 蛋白質36克 脂肪29克 醣類109克

皆使用台灣豬肉、雞蛋