

中興高中晚餐素(潔達)

	2/11(二)	2/12(三)	2/13(四)
	香Q白飯 塔香豆包 醬燒豆輪 *梅粉地瓜 彩繪花椰 新鮮蔬菜 羅宋湯 -	香Q白飯 紅燒豆腐 蜜汁印干 宮保馬鈴薯 古早味白菜滷 新鮮蔬菜 玉穗蘿蔔湯 -	海苔炒飯 豉香干片 紅燒烤麩 鮮炒高麗 鳳梨炒木耳 新鮮蔬菜 綠豆湯 -
	<small>熱量830卡 蛋白質33克 脂肪28克 醣類108克</small>	<small>熱量818卡 蛋白質32克 脂肪26克 醣類111克</small>	<small>熱量875卡 蛋白質37克 脂肪29克 醣類113克</small>
2/17(一)	2/18(二)	2/19(三)	2/20(四)
玉米炒飯 南洋咖哩豆干 香滷素肚 彩繪花椰 香Q饅頭 新鮮蔬菜 豆薯湯 新鮮水果 -	香Q白飯 蒼蠅頭 紅燒豆腐 冬瓜鮮燴 薑絲南瓜 新鮮蔬菜 蔬菜蛋花湯 -	香Q白飯 三杯豆腸 針菇滷豆皮 白菜四喜 鐵板豆芽 新鮮蔬菜 味噌豆腐湯 -	日式炒烏龍 紅燒豆干 蘭花干 鮮菇四季豆 芋頭包 新鮮蔬菜 海帶芽湯 -
<small>熱量903卡 蛋白質34克 脂肪27克 醣類126克</small>	<small>熱量849卡 蛋白質36克 脂肪29克 醣類106克</small>	<small>熱量805卡 蛋白質31克 脂肪27克 醣類107克</small>	<small>熱量883卡 蛋白質38克 脂肪32克 醣類107克</small>
2/24(一)	2/25(二)	2/26(三)	2/27(四)
招牌炒麵 清炒素雞 花生麵筋 結頭鮮燴 *黃金洋芋 新鮮蔬菜 玉穗海結湯 新鮮水果 -	香Q白飯 香滷油腐 香拌毛豆莢 螞蟻上樹 滷芝麻香菇 新鮮蔬菜 青菜豆腐湯 -	香Q白飯 珊瑚豆腐 豆芽炒豆干 彩繪花椰 *馬蹄條 新鮮蔬菜 香菇白玉湯 -	今日不供餐 
<small>熱量874卡 蛋白質32克 脂肪26克 醣類123克</small>	<small>熱量882卡 蛋白質37克 脂肪29克 醣類113克</small>	<small>熱量851卡 蛋白質33克 脂肪26克 醣類115克</small>	

使用台灣雞蛋