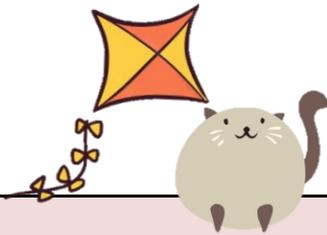


# 中興高中晚餐(潔達)

	4/1(二)	4/2(三)	4/3(四)
	香Q白飯 <b>鐵路豬排</b> 彩繪高麗 海苔章魚燒 大陸A菜 豆薯湯 <small>熱量836卡 蛋白質35克 脂肪28克 醃類108克</small>	今日不供餐 	今日不供餐 
	4/7(一) 新竹炒米粉 <b>蔥燒豬柳</b> 辣炒海根 蒜蓉海雲吞 鵝白菜 冬瓜排骨湯 <small>熱量862卡 蛋白質36克 脂肪29克 醃類110克</small>	4/8(二) 香Q白飯 <b>宮保雞丁</b> 豆腐小火鍋 毛豆四喜 油菜 白玉香菇湯  <small>熱量846卡 蛋白質35克 脂肪96克 醃類107克</small>	4/9(三) 香Q白飯 <b>馬鈴薯燉肉</b> 彩繪花椰 *甘梅地瓜 大陸A菜 味噌豆芽湯 <small>熱量841卡 蛋白質35克 脂肪28克 醃類108克</small>
4/14(一) 校慶補假	4/15(二) 香Q白飯 <b>義式燉肉</b> 鐵板豆芽 白菜滷 鵝白菜 味噌豆腐湯+水果 <small>熱量897卡 蛋白質34克 脂肪27克 醃類124克</small>	4/16(三) 香Q白飯 <b>菲力雞排</b> 肉絲花椰 紅絲炒蛋 油菜 香菇大瓜湯  <small>熱量807卡 蛋白質33克 脂肪26克 醃類108克</small>	4/17(四) 招牌炒麵 <b>*日式炸豬排</b> 薑絲海根 照燒魷魚丸 青江菜 羅宋湯 <small>熱量783卡 蛋白質31克 脂肪26克 醃類102克</small>
4/21(一) 日式炒麵 <b>薑汁燒肉</b> 花生麵筋 *海苔洋芋 青江菜 玉穗海結湯 <small>熱量849卡 蛋白質36克 脂肪29克 醃類106克</small>	4/22(二) 香Q白飯 <b>春川炒雞</b> 海帶三絲 開陽蒲瓜 鵝白菜 冬瓜排骨湯  <small>熱量823卡 蛋白質32克 脂肪25克 醃類113克</small>	4/23(三) 香Q白飯 <b>京醬豬柳</b> 鮮蔬蝦捲 柴香高麗 大陸A菜 蔬菜蛋花湯  <small>熱量852卡 蛋白質36克 脂肪29克 醃類108克</small>	4/24(四) 玉米炒飯 <b>*香酥雞排</b> 關東煮 奶黃包 油菜 珍珠紅茶 <small>熱量814卡 蛋白質31克 脂肪25克 醃類113克</small>
4/28(一) 芋頭炒飯 <b>*蜜汁雞丁</b> 麻婆豆腐 冬瓜鮮燴 空心菜 味噌海芽湯+水果 <small>熱量914卡 蛋白質37克 脂肪29克 醃類122克</small>	4/29(二) 香Q白飯 <b>糖醋豬排</b> 黑胡椒毛豆莢 彩繪花椰 鵝白菜 蘿蔔湯 <small>熱量794卡 蛋白質31克 脂肪25克 醃類107克</small>	4/30(三) 香Q白飯 <b>三杯雞</b> 玉米炒肉末 *田園三劍客 油菜 榨菜肉絲湯 	

潔達有限公司皆使用台灣豬肉、雞蛋