

中興高中 114年8.11-8.15-豐成食品工廠

營養師 鄧羽婷
營養字第007265號

本公司所使用豬肉、牛肉及其原料產地皆來自台灣

菜單設計者：鄧羽婷

8月11日(一)	8月12日(二)	8月13日(三)	8月14日(四)	8月15日(五)
寶島白飯 黃金醬燒烤豬排 蕃茄滑蛋 檸檬燒烤翹腿  青江菜 黃瓜排骨湯	地瓜飯 糖醋波蘿咕咾肉  冬瓜燒雞 台式香腸 豆芽菜 日式味噌湯	美式鐵板蘑菇麵 無骨香雞排  綜合滷味 黃金小肉包  油菜 消暑綠豆湯	全穀飯  蒜泥白肉 麻婆蒸蛋 古早味白菜滷 小白菜 玉米濃湯	寶島白飯 碳烤BBQ雞排 韓式泡菜豬肉鍋 海帶三絲 空心菜 蘿蔔豚骨湯
熱量: 735.7 脂肪: 24.5 醣類: 100 蛋白質: 28.8	熱量: 793.4 脂肪: 25 醣類: 110.5 蛋白質: 31.6	熱量: 793.9 脂肪: 25.5 醣類: 109 蛋白質: 32.1	熱量: 804.4 脂肪: 28 醣類: 104 蛋白質: 34.1	熱量: 767.6 脂肪: 26 醣類: 102.5 蛋白質: 30.9