

興大附農 勝駒4月晚餐菜單

假期愉快

日期	4月1日 (一)		4月2日 (二)	
主食	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米
主菜	筍乾控肉(煮)	筍干, 肉角	蒜泥白肉(煮)	赤肉條, 蒜泥
副菜1	肉絲敏豆(煮)	敏豆, 肉絲	芹炒豆皮(炒)	豆皮, 芹菜
副菜2	紅燒什錦菇(燒)	杏鮑菇, 珊瑚菇, 鴻喜菇, 紅甜椒	紅油抄手(煮)	抄手
青菜	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬
湯品	九尾雞湯(煮)	九尾草, 雞丁, 玉米段	酸辣湯(煮)	豆腐, 筍絲, 金針菇, 紅k, 木耳
熱量分析	熱量: 792.5 總額: 114.3	蛋白質: 25.6 脂 肪: 25.9	熱量: 791.8 總額: 115.4	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.9

日期	4月8日 (一)		4月9日 (二)		4月10日 (三)		4月11日 (四)	
主食	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米	義大利肉醬麵(煮)	義大利麵, 絞肉, 洋蔥, 玉米粒
主菜	古早味豬腳(煮)	豬腳丁, 肉角, 紅蘿蔔, 白蘿蔔, 紅棗	蔥燒魚片(煮)	水沙魚片, 洋蔥, 青蔥	馬鈴薯燉肉(燉)	肉角, 洋芋, 紅k	炸豬排(炸)	豬排
副菜1	筍香油腐(煮)	油豆腐, 筍角, 絞肉, 紅k	脆炒豆薯(炒)	豆薯, 紅k, 肉絲, 木耳, 青蔥	番茄炒蛋(炒)	番茄, 蛋	日式蒸蛋(蒸)	蛋, 香菇
副菜2	雙色花椰(炒)	花椰菜, 紅k	紅燒獅子頭(煮)	大白菜, 獅子頭, 木耳	客家小炒(炒)	豆乾片, 芹菜, 肉絲, 魷魚	奶油蛋糕捲(烤)	蛋糕捲
青菜	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬
湯品	四神湯(煮)	山藥, 薏仁, 龍骨丁	大瓜魚丸湯(煮)	大瓜, 魚丸	白玉綜合湯(煮)	白k, 玉米段, 海帶結	紅豆奶茶(煮)	紅豆, 奶粉
熱量分析	熱量: 792.5 總額: 114.3	蛋白質: 25.6 脂 肪: 25.9	熱量: 791.8 總額: 115.4	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.9	熱量: 812.7 總額: 116.9	蛋白質: 25.2 脂 肪: 26.3	熱量: 793.6 總額: 115.9	蛋白質: 26 脂 肪: 25.2

日期	4月15日 (一)		4月16日 (二)		4月17日 (三)		4月18日 (四)	
主食	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米	青醬義大利麵(炒)	義大利麵, 絞肉, 杏鮑菇, 洋蔥, 九層塔
主菜	香烤豬排(烤)	豬肉排	宮保雞丁(煮)	雞丁, 花生, 青蔥段, 青椒	BBQ雞腿(烤)	雞腿	香烤雞排(烤)	雞腿排
副菜1	韓式豆腐(煮)	肉絲, 泡菜, 秀珍菇, 木耳, 豆腐	香滷白菜(煮)	大白菜, 金針菇, 培根, 紅k, 青豆仁	紅蘿花椰(煮)	花椰菜, 紅k	培根高麗菜(炒)	培根, 高麗菜
副菜2	香烤薯餅(烤)	薯餅	咖哩雙寶(煮)	洋芋, 紅k, 肉角, 洋蔥	鮮肉水餃(煮)	水餃	藍莓可頌(烤)	藍莓可頌
青菜	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬
湯品	麻油雞湯(煮)	雞丁, 米血, 玉米段	金針肉絲湯(煮)	肉絲, 乾金針, 薑絲	小魚海芽湯(煮)	海帶芽, 小魚乾	燒仙草(煮)	綠豆, 花生, 薏仁, 粉圓
熱量分析	熱量: 792.7 總額: 114.3	蛋白質: 25.6 脂 肪: 25.9	熱量: 796.3 總額: 115.4	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.9	熱量: 812.8 總額: 118.4	蛋白質: 25.3 脂 肪: 26	熱量: 793.2 總額: 116.2	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.2

日期	4月22日 (一)		4月23日 (二)		4月24日 (三)		4月25日 (四)		4月26日 (五)	
主食	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米	香Q米飯(蒸)	白米	中式炒麵(炒)	麵, 肉絲, 洋蔥	香Q米飯(蒸)	白米
主菜	豆豉排骨(煮)	肉角, 軟骨丁, 紅蘿蔔, 豆豉	花枝排(烤)	花枝排, 黑胡椒粒	鐵板豬柳(炒)	豬柳, 洋蔥, 青蔥	蜜汁烤雞腿(烤)	雞腿	糖醋排骨(煮)	肉角, 軟骨丁, 紅蘿蔔, 黃糖
副菜1	喜相逢雙拼(烤)	柳葉魚, 洋蔥圈	瓜仔肉燥(煮)	絞肉, 豆干丁, 花瓜, 香菇	泡菜凍腐(煮)	肉片, 泡菜, 年糕, 秀珍菇, 木耳, 凍豆腐	奶焗白菜(煮)	大白菜, 金針菇, 紅k	椒鹽杏鮑菇(炸)	杏鮑菇, 九層塔
副菜2	菜脯炒蛋(炒)	雞蛋, 菜脯	番茄炒蛋(炒)	雞蛋, 番茄	螞蟻上樹(炒)	高麗菜, 冬粉, 木耳, 紅k, 青蔥	葡萄奶酥(烤)	葡萄奶酥	肉醬長豆(煮)	長豆, 絞肉, 番茄醬
青菜	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬	季節時蔬(川燙)	季節青蔬
湯品	杏鮑菇雞湯(煮)	杏鮑菇, 骨腿丁	味噌豆腐湯(煮)	豆腐, 味噌, 海芽	鹹湯圓(煮)	小白菜, 肉絲, 湯圓	紅豆紫米湯(煮)	紅豆, 紫米	筍絲肉絲湯(煮)	筍絲, 肉絲
熱量分析	熱量: 792.7 總額: 114.3	蛋白質: 25.6 脂 肪: 25.9	熱量: 796.3 總額: 115.4	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.9	熱量: 812.8 總額: 118.4	蛋白質: 25.3 脂 肪: 26	熱量: 793.2 總額: 116.2	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.2		

日期	4月30日 (二)	
主食	香Q米飯(蒸)	白米
主菜	三杯魚片(燒)	魚片, 洋蔥, 青蔥
副菜1	雞薯雙拼(烤)	雞塊, 薯餅
副菜2	日式蒸蛋(蒸)	香菇, 雞蛋
青菜	季節時蔬(川燙)	季節青蔬
湯品	什錦羹湯(煮)	豆腐, 蛋, 筍絲, 金針菇, 紅k, 木耳
熱量分析	熱量: 796.3 總額: 115.4	蛋白質: 25.4 脂 肪: 25.9

停餐