臺中市北屯區東山高中　　110年10月份葷食菜單

週一	週二	週三	週四	週五
10月04日	10月05日	10月06日	10月07日	10月08日
白油麵 焗汁雞 黑胡椒豬排 綜合滷味 蒜香高麗菜 味噌豆腐湯	小米飯 蒜味豆乳雞 炸醬干丁 有機皺葉白菜 黃瓜魚丸湯 當季水果	白米飯 蕃茄炒蛋 泰式酸辣油腐 薑絲青江菜 粉粿紅豆湯	糙米飯 海苔魚丁 海山醬關東煮 有機小白菜 九尾雞湯 當季水果	麥片飯 和風咖哩豬 麻婆豆腐 有機空心菜 酸菜肉片湯 當季水果
10月11日	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日
	紫米飯 香酥雞排 開陽蒲瓜 有機小松菜 香菇羹湯 當季水果	芝麻飯 香Q滷蛋 京醬黑干 蒜香空心菜 玉米海帶湯	糙米飯 紐澳良烤雞翅 脆炒豆薯 有機黑葉白菜 茶壺雞湯 當季水果	五穀飯 三杯魚丁 金針四喜 有機青江菜 南瓜濃湯 當季水果
10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日
古早味油飯 糖醋肉 鮮燴大瓜 蒜香青江菜 蘿蔔排骨湯	胚芽飯 椒鹽魚柳 奶香洋芋 有機皺葉白菜 香菇雞湯 當季水果	白米飯 菜脯炒蛋 泡菜凍腐 燴炒大白菜 薑母鴨湯	糙米飯 蔥香鹹豬肉 鮑菇花椰菜 有機空心菜 酸辣湯 當季水果	燕麥飯 紅燒雞腿 螞蟻上樹 有機小松菜 三寶甜湯 當季水果
10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日
刈包 酸菜肉片 豆瓣回鍋干片 蔥爆銀芽 麵線糊	薏仁飯 玫瑰油雞 肉絲桂竹筍 有機青松葉 結頭排骨湯 當季水果	芝麻飯 洋蔥炒蛋 沙茶嫩腐 紅蔥油菜 玉米濃湯	糙米飯 春川炒雞 鮑菇甜條 有機小白菜 紫菜蛋花湯 當季水果	小麥飯 椒鹽魚丁 咖哩魚蛋 有機高麗菜 蒜頭雞湯 當季水果

使用台灣豬肉