|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **星期** | **主 食** | **主 菜** | **副 菜** | **湯 品** | **(份)****主食類** | **(份)****豆魚蛋肉類** | **(份)****油脂類** | **(份)****蔬菜類** | **(大卡)****總熱量** |
| **4/29** | **二** | **咖哩炒麵** | **糖醋排骨****咕咾肉** | **洋蔥炒蛋****洋蔥,雞蛋** | **沙茶米血魚卵卷****米血丁,魚卵卷** | **塔香黑豆干****九層塔,大黑豆干** | **千寶菜** | **海芽蛋花湯****海芽，****雞蛋** | 6.7 | 2.4 | 2.5 | 2.3 | 820 |
| **4/30** | **三** | **白飯** | **士林香腸****香腸** | **蕃茄炒蛋****蕃茄,雞蛋** | **肉燥油豆腐****絞肉,油豆腐** | **魚板絲瓜 魚板絲,絲瓜** | **青油菜** | **紅豆紫米湯****紅豆，紫米** | 6.6 | 2.6 | 2.5 | 2.4 | 820 |
| **5/1** | **四** | **白飯** | **香酥雞排****無骨香雞排** | **南瓜炒蛋****南瓜，雞蛋** | **鐵板豆腐****洋蔥,豆腐** | **魚香茄子****絞肉，茄子** | **高麗菜** | **玉米濃湯****玉米，雞蛋** | 6.7 | 2.4 | 2.3 | 2.4 | 817 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**桃園市立陽明高中住宿生114年4月份營養晚餐菜單**

**營養師： 生輔組長： 單位主管： 校長：**