

德光中學午餐-久大素食(113年8月30日~9月6日)

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	青菜	湯	蛋白質	脂肪	醣類	熱量
8/30	五	白米飯	日式炸豆腐	刺瓜炒蛋	素肉燥粉絲	炒青菜	筍絲香菇湯	28	30	109	818
9/2	一	白米飯	素蒼蠅頭	翡翠蒸蛋	鮮菇炒三絲	炒青菜	味增豆腐海帶湯	27	30	106	802
9/3	二	白米飯	素醃鵝	三杯百頁	什錦鮮蔬	炒青菜	榨菜金針湯	26	29	108	797
9/4	三	白米飯	雙菇燴豆腐	紅蘿蔔炒蛋	絲瓜麵泡	炒青菜	好采頭玉米湯	25	28	102	760
9/5	四	糙米飯	毛豆彩椒豆包	素梅子雞	海苔地瓜	炒青菜	酸辣湯	29	28	107	796
9/6	五	白米飯	素麻婆豆腐	紫菜蛋捲	玉米三色	炒青菜	古早味紅茶	27	29	108	801

工廠登記：99-674927-00 電話：06-2976819 傳真：06-2978248 營養師：史玄潔

地址：台南市安平區平豐路391巷22弄14號

*本菜單有供應花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆等及其製品