

南 商 營 養 午 餐 素 菜 單

2022/2/11-2022/2/18

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	青菜	青菜	湯
2/11	五	白飯	元氣素肉排	毛豆炒豆干	高麗番茄	鮮蔬炒蛋	時令蔬菜	時令蔬菜	薑絲紫菜湯
2/14	一	白飯	糖醋豆腐	醬炒年糕	香菇敏豆	煎蛋捲	時令蔬菜	時令蔬菜	仙草蜜
2/15	二	糙米飯	鳳梨花生麵筋	蔬菜粉絲	咖哩洋芋	蒸蛋	時令蔬菜	時令蔬菜	味噌湯
2/16	三	燕麥飯	獅子頭燴白菜	黃瓜燴雙菇	滷三角油豆腐	滷蛋	時令蔬菜	時令蔬菜	蔬菜湯
2/17	四	日式炒麵	香菇麵輪	素水餃	百頁杏鮑菇九層塔	素排	時令蔬菜	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯
2/18	五	地瓜飯	素魚排	素香菇肉燥	海帶結皇帝豆	荷包蛋	時令蔬菜	時令蔬菜	金針菇筍絲湯

工廠名稱:上豪便當廠 工廠地址:台南市永康區中華西街63巷66號

工廠登記證號碼:99-660825 電話:(06)2322570 傳真:(06)2013075

營養師:吳亭葦 營養字第008519 E-mail:sunhow.lunchbox@gmail.com