

南商營養午餐素菜單

2022/4/6-2022/4/15

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	青菜	青菜	湯
4/4	一	清明連假							
4/5	二								
4/6	三	白飯	茄汁豆包	宮保豆干	蝦片炒四季豆	海苔蛋卷	炒青菜	炒青菜	珍珠奶茶
4/7	四	鮮蔬炒麵	什錦滷味	黃豆芽炒豆皮	素蠔油青花菜	素排	炒青菜	炒青菜	味噌豆腐湯
4/8	五	胚芽飯	蘿蔔燒麵輪	蔬菜排	梅子冬瓜	三色蛋	炒青菜	炒青菜	清香麥茶
4/11	一	白飯	皇帝豆燒排骨	客家小炒	玉米三色	素煙鵝	炒青菜	炒青菜	薑絲冬瓜湯
4/12	二	小米飯	筍干素肉	滷雙結	山藥捲	煎蛋捲	炒青菜	炒青菜	檸檬愛玉
4/13	三	糙米飯	糖醋豆腐	枸杞南瓜	酸甜小黃瓜	鮮蔬炒蛋	炒青菜	炒青菜	蔬菜湯
4/14	四	鐵板麵	元氣素肉排	醬燒凍豆腐	花椰菜炒玉米筍	魚香茄子	炒青菜	炒青菜	紫菜湯
4/15	五	芝麻飯	鐵板豆腐	醬炒年糕	沙茶菇菇	黑胡椒毛豆莢	炒青菜	炒青菜	冬瓜茶

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