南商營養午餐素菜單

2022/12/5~2022/12/16

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	青菜	青菜	湯
12/5	一	白飯	筍乾素肉	薑絲麵腸	玉米三色	鐵板銀芽	青菜	青菜	古早味紅茶
12/6	二	麥片飯	咖哩素雞	豆腐煲	甘梅地瓜	胡蘿蔔蛋	青菜	青菜	清甜筍湯
12/7	三	白飯	蘿蔔燒麵輪	毛豆豆干	塔香海茸	炸馬蹄條	青菜	青菜	仙草蜜
12/8	四	日式炒飯	麻油腰花	茼蒿炒三鮮	紅豆金棗	魚香茄子	青菜	青菜	番茄豆腐湯
12/9	五	糙米飯	素魚排	什錦滷味	蔬菜粉絲	鮮蔬蛋	青菜	青菜	鋁箔包飲料
12/12	一	白飯	銀芽素肉絲	枸杞南瓜	榨菜干絲	玉米蛋	青菜	青菜	關東煮湯
12/13	二	小米飯	牛蒡排	宮保雞丁	土豆麵筋	醬滷苦瓜	青菜	青菜	百香果汁
12/14	三	白飯	三杯麵腸	海結滷皇帝豆	豆菊大白菜	鳳梨木耳	青菜	青菜	榨菜素肉湯
12/15	四	義大利麵	香滷豆干	毛豆劍筍	洋芋三絲	素水餃	青菜	青菜	愛玉甜湯
12/16	五	五穀飯	火腿素排	珊瑚豆腐	梅干筍干	蘿蔔糕	青菜	青菜	鮮菇湯

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:楊雅勛   營養字第010886   E-mail:sunhow.lunchbox@gmail.com