

## 復興實驗中學-2月餐廳午餐菜單

日期		2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日
午餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	9年級	8年級	7年級	10年級.校本11	雙語11.12年級
主食	特色料理	滷肉飯 <small>白米+豬絞肉+豆干+紅蔥頭</small>	雞肉玉米燉飯 <small>白米+雞肉+玉米粒+毛豆+杏鮑菇+馬鈴薯</small>	野菇雞肉炊飯 <small>白米+雞肉+高麗菜+杏鮑菇</small>	肉絲蛋炒飯 <small>白米+雞蛋+肉絲+洋蔥</small>	韓式拌飯 <small>白米+豬肉+豆芽+海帶芽+洋蔥+泡菜</small>
		茄汁肉醬義大利麵 <small>義大利麵+豬肉+玉米粒</small>	什錦炒麵 <small>油麵+黃豆芽+豬肉絲+紅蘿蔔絲</small>	卡拉雞腿堡 <small>漢堡+卡拉雞腿排</small>	味噌拉麵 <small>拉麵+玉米粒+筍乾+海帶芽+豬肉</small>	部隊鍋 <small>蒸煮麵+豬肉+貢丸+蠶蠶腸+豆腐+青花菜</small>
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	★鹹酥雞 <small>雞胸丁+地瓜-炸</small>	麻油雞丁 <small>雞丁+麻油+薑片-燒</small>	★紅糟炸雞 <small>炸雞+紅糟-炸</small>	蜜汁雞腿排 <small>雞腿排-燒</small>	★唐揚雞 <small>雞肉-炸</small>
		白醬洋芋魚塊 <small>旗魚丁+馬鈴薯-燒</small>	★香酥蝦排 <small>蝦排-炸</small>	樹子蒸魚 <small>旗魚片+樹子-蒸</small>	★香酥花枝排 <small>花枝排-炸</small>	檸香烤鮭 <small>鮭魚+檸檬-烤</small>
		蒜醬豬排 <small>里肌豬排+蒜頭-燒</small>	照燒燉肉 <small>豬腿肉+馬鈴薯-燒</small>	台式回鍋肉 <small>豬肉片+高麗菜+蔥段-炒</small>	花生滷肉 <small>豬腿肉+花生-滷</small>	鳳梨咕咾肉 <small>豬腿+紅蘿蔔+鳳梨-燒</small>
副菜	副菜 (4選2)	番茄炒蛋 <small>雞蛋+番茄-炒</small>	關東煮 <small>白蘿蔔+黑輪+米血-煮</small>	田園粉絲 <small>粉絲+木耳+高麗菜+絞肉-炒</small>	小瓜素雞 <small>小黃瓜+素雞-炒</small>	滷蛋油腐 <small>水煮蛋+油豆腐-滷</small>
		小黃瓜丸片 <small>小黃瓜+丸片+洋蔥-炒</small>	洋蔥奶油鮑菇 <small>杏鮑菇+洋蔥+奶粉+培根-煮</small>	太陽蛋 <small>雞蛋-蒸烤</small>	竹輪炒銀芽 <small>竹輪片+豆芽菜+韭菜-炒</small>	焗烤洋芋 <small>馬鈴薯+紅蘿蔔+起司-烤</small>
		年糕白菜滷 <small>白菜+年糕+紅蘿蔔+黑木耳-燉</small>	海帶三絲 <small>海帶絲+干絲+紅蘿蔔-炒</small>	珍珠丸*2 <small>珍珠丸-蒸</small>	高麗菜炒肉末 <small>高麗菜+絞肉-炒</small>	冬瓜燒毛豆 <small>冬瓜+毛豆-燒</small>
		★芋泥球*2 <small>芋泥球-炸</small>	★雙色地瓜球*4 <small>地瓜球-炸</small>	★椒鹽時蔬 <small>杏鮑菇+地瓜+敏豆-炸</small>	★馬鈴薯丸*2 <small>馬鈴薯丸-炸</small>	★花枝丸*2 <small>花枝丸-炸</small>
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	馬鈴薯濃湯	山藥雞湯	榨菜肉絲湯	玉米排骨湯	大滷湯
	甜點	布丁	QQ奶茶	紅豆紫米湯圓	黑森林蛋糕	豆花
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜

## 復興實驗中學-2月餐廳午餐菜單

日期		2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日
午餐		週一	週二	週三	週四	週五
	年級	9年級	8年級	7年級	10年級.校本11	雙語11.12年級
主食	特色料理	<b>豬肉壽喜燒蓋飯</b> 白米+豬肉+雞蛋+洋蔥	栗子野菇炊飯 白米+栗子+玉米粒+杏鮑菇+肉絲	香菇油飯 糯米+香菇+豬肉絲	滷肉飯 白米+豬絞肉+豆干+紅蔥頭	三杯雞炒飯 白米+雞肉+小黃瓜+九層塔+老薑
		日式炒麵 油麵+紅蘿蔔+香菇+豬肉絲+洋蔥	味噌拉麵 拉麵+玉米粒+筍乾+海帶芽+豬肉	蘿蔔糕*2 蘿蔔糕	青醬雞肉義大利麵 義大利麵+雞肉+玉米粒+青醬+洋蔥	夏威夷焗烤厚片 吐司+火腿+鳳梨+番茄醬+起司
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	五香翅腿*3 翅腿-滷	地瓜燒雞 雞丁+地瓜-燒	柚子蜜雞 雞胸丁+柚子醬-燒	和風燒雞 雞肉+白蘿蔔-燒	★彩椒燴雞 雞肉+紅椒+黃椒-燴
		★炸鯖魚 鯖魚-炸	蒲燒鯛 鯛魚片-燒	★塔香魚丁 水鯊魚+九層塔-炸	糖醋魚片 旗魚排-炸	紅燒魚 鬼頭刀丁+洋蔥+紅蘿蔔-燒
		蒜泥白肉 豬肉片+蒜泥+青蔥-煮	咖哩豬肉片 豬肉片+洋蔥-燒	蔥爆肉片 豬肉片+洋蔥-炒	★鹹酥炸肉 豬肉-炸	古早味滷排 里肌豬排-滷
副菜	副菜 (4選2)	三色干絲 干絲+紅蘿蔔+木耳-炒	凍腐花椰 凍豆腐+白花椰+青花椰-煮	番茄炒蛋 雞蛋+番茄-炒	豆干燒海結 豆干+海帶結-滷	甜蔥炒蛋 雞蛋+洋蔥-炒
		義式烤蔬菜 馬鈴薯+白花椰+櫛瓜-烤	玉米炒三色 玉米粒+絞肉+毛豆+紅蘿蔔-炒	蒜炒敏豆 敏豆+蒜頭-炒	★時蔬天婦羅 南瓜+金針菇+四季豆+杏鮑菇+牛蒡-炸	培根高麗菜 高麗菜+培根-炒
		★炸地瓜薯條 薯瓣-炸	奶油燉白菜 大白菜+紅蘿蔔-燉	三色洋芋丁 馬鈴薯+毛豆+紅蘿蔔-炒	洋蔥拌木耳 洋蔥+木耳-炒	脆炒筍絲 筍絲+紅蘿蔔-炒
		三杯米血鮑菇 米血+杏鮑菇+九層塔-炒	★麥克雞塊*3 雞塊-炸	★炸水餃*3 水餃-炸	燒賣*2 燒賣-蒸	★馬蹄條*2 馬蹄條-炸
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	番茄蛋花湯	牛蒡排骨湯	麻油肉片湯	玉米濃湯	蘿蔔雞湯
	甜點	豆漿紅茶	中華愛玉	燒仙草	芝麻糊	銀耳紅棗湯
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜

## 復興實驗中學-2月餐廳午餐菜單

日期		2月24日	2月25日	2月26日	2月27日
午餐		週一	週二	週三	週四
	年級	9年級	8年級	7年級	10年級.校本11
主食	特色料理	肉絲蛋炒飯 <small>白米+雞蛋+肉絲+洋蔥</small>	滷肉飯 <small>白米+豬絞肉+豆干+紅蔥頭</small>	韓式拌飯 <small>白米+豬肉+豆芽+海帶芽+洋蔥+泡菜</small>	雞肉玉米燉飯 <small>白米+雞肉+玉米粒+毛豆+杏鮑菇+馬鈴薯</small>
		卡拉雞腿堡 <small>漢堡+卡拉雞腿排</small>	韓式部隊鍋 <small>蒸煮麵+豬肉+貢丸+鑫鑫腸+豆腐+青花菜+泡菜</small>	奶油鮮菇義大利麵 <small>義大利麵+杏鮑菇+紅蘿蔔+奶粉</small>	大阪燒炒麵 <small>油麵+洋蔥+豬肉絲+紅蘿蔔絲+魚板絲</small>
	固定主食	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯	香Q米飯
主菜	雞魚豬料理 (3選1)	鮮茄燉雞 <small>雞肉+番茄-燉</small>	★香檸雞柳條 <small>機柳條-炸</small>	香滷雞腿 <small>雞腿-烤</small>	腐乳燒雞 <small>雞肉+豆腐+紅蘿蔔+豆腐乳-燒</small>
		清蒸豆豉鯛魚 <small>鯛魚片+豆豉-蒸</small>	塔香魷魚圈 <small>魷魚+杏鮑菇+九層塔-炒</small>	★塔塔魚條 <small>魚條+塔塔醬-炸</small>	★香酥魚片 <small>水鯊魚片-炸</small>
		★京都排骨 <small>豬腿肉+排骨+馬鈴薯-燒</small>	味噌燒肉 <small>豬肉+紅蘿蔔+白蘿蔔+味噌-燒</small>	橙汁豬肉 <small>豬肉+洋蔥+柳橙汁-燒</small>	梅干扣肉 <small>豬肉+白蘿蔔+梅干菜-燒</small>
副菜	副菜 (4選2)	螞蟻上樹 <small>冬粉+高麗菜+絞肉-炒</small>	螞絲蒸蛋 <small>雞蛋+螞絲-蒸</small>	茄汁甜不辣 <small>甜不辣+洋蔥+番茄醬-炒</small>	麻婆豆腐 <small>板豆腐+絞肉-燒</small>
		西芹燴蝦丸 <small>西芹+蝦丸-燴</small>	油燜冬瓜豆皮 <small>冬瓜+豆皮條-燒</small>	魚蛋白菜滷 <small>大白菜+魚蛋+黑木耳-滷</small>	海苔蛋捲*2 <small>海苔蛋捲</small>
		四喜烤麩 <small>烤麩+結頭菜+紅蘿蔔+毛豆-炒</small>	★芝麻球*2 <small>芝麻球-炸</small>	翡翠玉米 <small>小黃瓜+玉米粒-炒</small>	塔香海茸 <small>海茸+九層塔+紅蘿蔔-炒</small>
		★雙色炸湯圓 <small>紅白小湯圓+花生粉-炸</small>	起司焗烤蔬菜 <small>馬鈴薯+白花椰+櫛瓜+起司-烤</small>	★薯餅*2 <small>薯餅*2-炸</small>	烤地瓜*1 <small>地瓜-烤</small>
	當季綠色蔬菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜	當季青菜
湯品	鹹湯	大瓜貢丸湯	肉羹湯	義式蔬菜湯	海芽味噌湯
	甜點	綠豆粉條湯	果醋	草莓蛋糕	紅豆芋圓湯
水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果

※粗體字之主食代表本料理已含主菜，故不再提供第2份主菜