

臺中看守所收容人 109 年 12 月份 第 3 週膳食菜單

日期	14	15	16	17	18	19	20
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐	鹹稀飯 芝麻肉酥 什錦菜	銀絲卷 豆漿	地瓜粥 調味雪裡紅 花瓜	有餡麵包 紅茶	稀飯 韓式泡菜 麻油菜脯	皮蛋瘦肉粥 花生麵筋 菜心	蔬菜粥 豆漿 茶葉蛋
中餐	加菜:炸小熱狗 (1 人 3 條) 炸香腸 (1 人 2 條) 炒板條 紅豆湯	加菜:炸卡啦雞 炸甜不辣 (1 人 2 片) 什錦麵 (油麵) 酸菜豬血湯	炸黑鱈魚 豆皮高麗菜 苦瓜炒肉片 薏仁湯	加菜: 培根奶油金針菇 炸椰子派 香菇肉燥燴飯 筍片排骨湯	炸鯖魚 金華萵苣 貢丸炒青椒 芋圓湯	炸豬排 螞蟻上樹 枸杞菠菜 胡瓜排骨湯	宮保炒肉片 滷白菜 沙茶肉絲劍筍 綠豆湯
晚餐	瓜子肉燥 沙茶蝦仁高麗菜 油菜炒貢丸 玉米濃湯	滷前腿肉片 滷白菜 芥蘭炒肉絲 四物排骨湯	滷大雜燴 花枝炒芹菜 蒜香青江菜 豆腐蛋花湯	麻油雞 培根芥菜 和風燉菜 阿給貢丸湯	糖醋排骨 小白菜炒肉絲 紅燒豆腐 香菇肉絲湯	筍干蹄膀 醬爆高麗菜 蒜香莧菜 酸辣湯	佛跳牆 辣炒蕪菜 蕃茄豆皮 魷魚煨湯
	水果		水果		水果		

台中看守所收容人 109 年 12 月份 第 3 週素食菜單

日期	14	15	16	17	18	19	20
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐	稀飯 豆腐乳 什錦菜	銀絲卷 豆漿	地瓜粥 調味雪裡紅 花瓜	有餡麵包(非 甜麵包改稀 飯) 紅茶	稀飯 韓式泡菜 麻油菜脯	稀飯 花生麵筋 菜心	蔬菜粥 豆漿 豆腐乳
午餐	素黑胡椒 清燙板條 清燙豆芽菜 清燙紅蘿蔔 紅豆湯	素羊肉羹 清燙高麗菜 清燙豆干丁 酸菜豬血湯	素腰花 清燙高麗菜 清燙苦瓜 薏仁湯	素雞排 清燙金針菇 清燙筍片 筍片排骨湯	素火腿 清燙萵苣 清燙青椒 芋圓湯	素蝦仁 清燙高麗菜 清燙菠菜 胡瓜排骨湯	素黑胡椒 清燙白菜 清燙劍筍 綠豆湯
晚餐	素黑胡椒 清燙高麗菜 清燙油菜 玉米濃湯	素羊肉羹 清燙白菜 清燙芥蘭 四物排骨湯	素腰花 清燙芹菜 清燙青江菜 豆腐蛋花湯	素雞排 清燙芥菜 清燙高麗菜 阿給貢丸湯	素火腿 清燙小白菜 清燙豆腐 香菇肉絲湯	素蝦仁 清燙莧菜 清燙胡瓜 酸辣湯	素黑胡椒 清燙蕪菜 清燙蕃茄 魷魚羹湯
	水果		水果		水果		

戒護科關心同學的健康，請同學勤洗手及隔餐勿食用。