

葳格高級中學附設小學

Wagor Academy-Bilingual Elementary School

113 學年上學期菜單 2024 First Semester Lunch Menu



週次 Week : 第 22 週

日期 Date 項目 Item		1/20 Mon. (一)	1/21 Tue. (二)	1/22 Wed. (三)	1/23 Thu. (四)	1/24 Fri. (五)
主 食 Main Dish		白飯 Rice				
主 菜 Main Dish		香菇紅棗燉雞 Stewed chicken with mushrooms and red dates 地瓜粉蒸肉 Sweet potato steamed pork				
副 食 Side Dish		花開富貴 Sautéed broccoli and bell peppers with bacon				
時 菜 Vegetable		薑汁蚵白菜 Ginger cabbage				
湯 Soup		羅宋湯 Borscht				
水 果 Fruit		時節水果 Fruit				
點 心 Snack		螞蟻上樹包 Minced pork and winter noodle steamed buns				
營養 成分 Nutrient Content	熱 量 Kcal	884				
	粗 蛋 白 Protein	31.3				
	粗 脂 肪 Fat	30.6				
	醣 Carbohydrate	120.8				