

蔬食烹飪班課程表

	教學內容	教師名字	
第一週	素什錦天使麵 甜菜炒土豆 奶果豆腐沙拉	陳美惠 楊玉華	Angela Grace
第二週	香椿松子炒飯 什錦素牛排 蔥油餅	林淑貞 萬靜文	Alice Helen
第三週	小小米蔬菜素什錦 咖哩南瓜 扁豆糙米飯	陳美惠 楊玉華	Angela Grace
第四週	綠野仙蹤 (腐包+五彩蔬菜) 涼拌意大利青瓜麵 無奶無蛋起士派	林淑貞 粟明珠	Alice Julie
第五週	烤蔬菜配小米胡桃仁 西非式濃湯 薑黃飯	游惠齡 汪春蘭	Lisa Jessie
第六週	左宗素雞 手捲配素沙拉醬 綜合健康蔬果汁	林淑貞 朱珍	Alice Jane
第七週	水餃/煎餃 素肉凍 涼拌干絲	徐麗美 林秀桃 陳美惠	Linda Mimi Angela
第八週	素香腸炒意大利麵 素加州捲 水果酵素	許秀美 林淑貞 朱珍	Melody Alice Jane