



會稽國中115.4月午餐菜單

美味午餐

供餐年級：7年級+行政

* 皇佳食品廠
臺灣豬標章
QR碼



臺灣豬標章產品編號：Q1000001-1 謹此聲明
標準編號：C0007119

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
1	三	滷肉飯	呷滋豬排x1 豬排S-炸	★洋釀雙拼 甜不辣Q年糕-煮	鮮燴黃瓜 大黃瓜Q肉絲紅蘿蔔履歷-煮	季節青菜	紅豆薏仁湯 紅豆履歷薏仁	7	2.5	2	3.3	876
2	四	小米飯	★蒲燒鯛x1 鯛魚Q寬冬粉-燒	打拋肉 絞肉S洋蔥Q番茄-煮	紅絲敏豆 敏豆履歷紅蘿蔔履歷-炒	有機蔬菜	枕瓜排骨湯 冬瓜Q排骨S	6.5	2.6	2	3	835
3	五	~兒童節、清明節連假~										
6	一	~兒童節、清明節連假~										
7	二	香Q白飯	咖哩豬 肉丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔履歷-煮	雞米花 雞米花S-炸	鮮炒扁蒲 扁蒲Q紅蘿蔔履歷木耳Q-炒	有機蔬菜	★味噌湯 豆腐	6.8	2.7	2	3.3	877
8	三	茄汁肉醬麵	醬滷雞腿x1 雞腿S-滷	★滷香世家 豆干肉片S酸菜T-煮	★豆沙包x1 豆沙包S-蒸	產銷履歷	綠豆Q圓湯 綠豆Q圓	6.6	2.8	2	3.1	862
9	四	胚芽飯	薑汁味噌肉片 肉片S洋蔥Q-煮	柴香蘿蔔煮 蘿蔔Q紅蘿蔔履歷筍絲小卷鮮菇Q-煮	螞蟻上樹 冬瓜高麗菜Q絞肉S-炒	有機蔬菜	金針肉絲湯 乾金針木耳Q肉絲S	7	2.6	2	3.3	884
10	五	燕麥飯	春川炒雞 雞丁S大白菜Q年糕-煮	★香香滷蛋x1 雞蛋Q-煮	薑燒冬瓜 冬瓜Q毛豆履歷紅蘿蔔履歷-煮	有機蔬菜	海帶排骨湯 海帶結排骨S	6.6	2.7	2	3.2	859
13	一	小米飯	蒜香南瓜雞 雞丁S南瓜Q-煮	★麻婆豆腐 豆腐絞肉S-煮	炒藻唇片 藻唇片紅蘿蔔履歷-炒	產銷履歷	結頭菜湯 結頭菜Q肉絲S	6.5	2.7	2	3.3	856
14	二	麥片飯	銀蘿燒肉 肉丁S蘿蔔Q紅蘿蔔履歷-煮	★起司金黃炒蛋 雞蛋Q玉米粒Q紅蘿蔔履歷起司粉-炒	美式雞柳條x2 雞柳條S-炸	有機蔬菜	刺瓜雞丁湯 大黃瓜Q雞丁S	6.7	2.8	2	3.2	873
15	三	炒飯	可樂雞翅x1 雞翅S-煮	★鐵板豆腐 油腐絞肉S三色豆S-煮	宜蘭西魯肉 大白菜Q肉絲S紅蘿蔔履歷木耳Q-煮	季節青菜	銀耳甜湯 白木耳	6.5	2.7	2	3.1	847
16	四	糙米飯	蔥爆肉片 肉片S洋蔥Q-炒	糖醋獅子頭x1 獅子頭S紅蘿蔔履歷-煮	木耳佛手 佛手瓜Q木耳Q紅蘿蔔履歷-炒	有機蔬菜	薑味時瓜湯 冬瓜Q雞丁S	6.5	2.7	2	3.1	847
17	五	胚芽飯	★香酥魚排x1 虱目魚排Q-炸	古早味肉燥 絞肉S碎瓜T-煮	★蛋香時蔬 雞蛋Q高麗菜Q-炒	有機蔬菜	薏仁排骨湯 馬鈴薯Q薏仁排骨S	6.8	2.8	2	3	871
20	一	香Q白飯	南洋咖哩雞 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔履歷-煮	★醬煮什錦 黑豆干素肚-煮	翠炒小瓜 小黃瓜Q紅蘿蔔履歷-炒	產銷履歷	雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔履歷排骨S	6.8	2.7	2	3.1	868
21	二	燕麥飯	家鄉燉肉 肉丁S豬腳丁S筍T-煮	★茄汁炒蛋 雞蛋Q洋蔥Q番茄Q-炒	塔香寬粉 寬粉絞肉S-炒	有機蔬菜	日式時蔬湯 高麗菜Q紅蘿蔔履歷	7	2.6	2	3.2	879
22	三	白醬義大利麵	鹽燒翅小腿x2 翅小腿S-燒	★蒜蓉雙味 素雞肉片S-煮	炒三絲 豆芽菜Q木耳Q紅蘿蔔履歷-炒	季節青菜	什穀甜湯 花豆綠豆薏仁Q圓	6.5	2.6	2	3.2	844
23	四	糙米飯	★豆瓣魚 鮭魚丁豆腐-燒	香酥雞堡x1 雞胸堡S-炸	脆炒薯絲 豆薯Q紅蘿蔔履歷木耳Q-炒	有機蔬菜	金針雞湯 乾金針木耳Q雞丁S	6.7	2.6	2	3.3	863
24	五	什穀飯	五香雞腿x1 雞腿S-滷	鍋燒海結 海帶結筍T紅蘿蔔履歷-煮	時瓜肉羹 大黃瓜Q肉羹S紅蘿蔔履歷-煮	有機蔬菜	★芙蓉濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔履歷雞蛋Q	6.6	2.6	2	3	842
27	一	蔬食日 麥片飯	★醬燒什錦 鮭魚丁洋蔥Q-燒	★干片小炒 干片紅蘿蔔履歷木耳Q-炒	★白醬洋芋 馬鈴薯Q絞肉S紅蘿蔔履歷通心粉-煮	產銷履歷	冬瓜湯 冬瓜Q肉絲S	6.9	2.7	2	3	871
28	二	胚芽飯	三杯雞 雞丁S米血S-煮	★紅蘿蔔炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔履歷-炒	★開陽扁蒲 扁蒲Q紅蘿蔔履歷蝦米木耳Q-炒	有機蔬菜	藥膳湯 豆薯Q排骨S	6.8	2.6	2	3.1	861
29	三	滷肉飯	壽喜燒肉片 肉片S洋蔥Q-煮	腰果玉米 玉米粒Q紅蘿蔔履歷絞肉S腰果-煮	蒜炒高麗 高麗菜Q紅蘿蔔履歷-炒	季節青菜	地瓜湯 地瓜履歷Q圓	6.8	2.7	2	3.1	868
30	四	香Q白飯	蒜香雞腿x1 雞腿S-滷	★關東煮 蘿蔔Q黑輪Q紅蘿蔔履歷-煮	★雪蓮子麵筋 油泡雪蓮子-煮	有機蔬菜	青木瓜湯 青木瓜Q肉絲S	6.6	2.7	2	3	850

*本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均、謝依霓

*本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。 *三章1Q豆奶日：4/27(一)。

(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：溯源農糧產品 (T)：產地-台灣

※過敏源資訊：本菜單含「蛋類、麩質穀物及其製品、大豆製品、魚類及其製品、甲殼類及其製品、乳製品」，菜名以★標示含有過敏原，對其過敏體質者請詳閱菜單。