



★皇佳食品廠
台灣豬標章QR碼



臺灣豬標章QR碼
標準編號：D000023

慈文國中111年12月午餐菜單

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	四	蔬食日 千島香鬆飯	芙蓉蒸蛋 雞蛋Q毛豆Q紅蘿蔔Q-蒸	紅燒豆腐 豆腐木耳Q-燒	可樂餅&地瓜 可樂餅S地瓜條Q-炸	有機蔬菜 綠豆湯 綠豆珍珠粉圓	6.5	2.4	2	3.2	829
2	五	燕麥飯	暖暖薑母雞 雞丁S高麗菜Q-煮	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉海帶芽豆皮-煮	有機蔬菜 燕菁排骨湯 結頭菜Q排骨S	6.7	2.6	2.2	3	854
5	一	五穀米飯	鐵板黑椒肉柳 豬柳S洋蔥Q-煮	香酥海鮮排 魷魚排S-炸	甜醬油豆腐 三角油豆腐蘿蔔Q-煮	產銷履歷 南瓜濃湯 南瓜Q紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.5	2.7	2	3.2	852
6	二	胚芽米飯	塔香雞腿*1 雞腿S-滷	筍香肉燥 筍T絞肉S-煮	木須扁蒲 扁蒲Q木耳Q-炒	有機蔬菜 蕃茄蛋花湯 蕃茄Q豆腐雞蛋Q	6.5	2.5	2	3	828
7	三	沙茶麵 避風塘蒜酥豬排*1	豬排S-炸	滷香世家 百頁豆腐豆干-滷	韭香芽菜 豆芽菜Q韭菜Q紅蘿蔔Q-炒	Q青菜 藥膳雞丁湯 豆薯Q雞丁Q	6.5	2.6	2	3.3	849
8	四	香Q白飯	椰漿咖哩雞 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	鮮菇炒高麗 高麗菜Q鮮菇Q-炒	海結麵輪 海帶結麵輪-煮	有機蔬菜 枕瓜排骨湯 冬瓜Q排骨S	6.6	2.5	2.2	3	840
9	五	麥片飯	香滷排骨*1 排骨S-滷	翠綠時蔬 小黃瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	火腿玉米蛋 玉米粒S火腿S雞蛋Q-炒	有機蔬菜 粉圓撞奶 珍珠粉圓奶粉	6.7	2.4	2	3	834
12	一	藜麥飯	燒烤雞翅*1 雞翅S-烤	芹炒什錦 芹菜Q紅蘿蔔Q黑輪Q-炒	炸醬肉燥 干丁絞肉S毛豆Q-煮	產銷履歷 洋芋濃湯 馬鈴薯Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2	3	828
13	二	香Q白飯	沙茶蔥爆魚 魚丁Q洋蔥Q-炒	脆炒薯絲 豆薯Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	泰式肉丸子 獅子頭S甜椒Q-燒	有機蔬菜 和風海芽小魚湯 海帶芽小魚干	6.7	2.5	2	3	842
14	三	蛋炒飯	酥皮炸雞腿*1 雞腿S-炸	韓式部隊鍋 大白菜Q肉片S泡麵-煮	蒜味素雞 素雞-炒	Q青菜 地瓜QQ圓 地瓜Q圓	6.7	2.4	2.2	3.3	853
15	四	燕麥飯	BBQ豬排*1 豬排S-燒	時瓜雙燴 大黃瓜Q肉羹S-煮	西紅柿炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜 香菇雞湯 香菇Q雞丁Q蘿蔔Q	6.8	2.6	2.2	3	861
16	五	小米飯	鹽水雞丁 雞丁S小黃瓜Q筍T-煮	麻婆豆腐 豆腐絞肉S-煮	椒鹽雙拼 魷魚丸S黑輪Q-炸	有機蔬菜 蔬菜肉絲湯 高麗菜Q金針菇Q肉絲S	6.7	2.5	2	3	842
19	一	麥片飯	麻香肉片 肉片S豆薯Q-煮	髮菜福州丸 福州丸S髮菜雞蛋Q紅蘿蔔Q-煮	干片炒肉絲 干片肉絲S-炒	產銷履歷 玉米蛋花湯 玉米粒S雞蛋Q	6.6	2.5	2	3	835
20	二	糙米飯	炸魚排*1 魚排Q-炸	薑燒冬瓜 冬瓜Q金針菇Q毛豆Q-燒	肉末炒蛋 絞肉S洋蔥Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜 味噌豆腐湯 豆腐柴魚片	6.5	2.6	2	3.3	849
21	三	黑胡椒 鐵板麵	糖醋豬排*1 豬排S-燒	沙茶素肚 素肚-煮	敏豆肉絲 敏豆腐臘肉絲S-炒	Q青菜 筍片雞丁湯 筍片T雞丁Q	6.7	2.5	2	3.2	851
22	四	香Q白飯	五香滷棒腿*1 雞腿S-滷	咖哩肉醬 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q絞肉S-煮	什錦白菜 大白菜Q腐皮絲木耳Q-煮	有機蔬菜 紅豆湯圓 紅豆臘腸湯圓	6.8	2.5	2	3	849
23	五	五穀米飯	紅燒豬腩 肉丁S蘿蔔Q蕃茄Q-燒	炫風雞塊x2 雞塊S-炸	茄汁炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜 新竹米粉湯 米粉芹菜Q肉絲S高麗菜Q	6.5	2.6	2	3.2	844
26	一	胚芽米飯	勾牙利燉雞 雞丁S甜椒Q-燉	培根高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q培根S-炒	芝麻蜜汁黑干 黑豆干芝麻-燒	產銷履歷 胡瓜肉片湯 大黃瓜Q肉片S	6.5	2.5	2	3	828
27	二	燕麥飯	黑胡椒排骨*1 排骨S-滷	紅蔥香拌雞 雞肉S-煮	時蔬彩燴 小黃瓜Q木耳Q-炒	有機蔬菜 雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q雞丁Q	6.5	2.5	2	3	828
28	三	可口油飯	脆炸雞腿排*1 雞腿排S-炸	豬肉豆腐煲 豆腐肉片S-煮	薑絲海根 海帶根-炒	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.5	2.5	2	3	828
29	四	香Q白飯	金黃燉肉 肉丁S南瓜Q-燉	北方鍋貼x2 鍋貼S-炸	日式蒸蛋 雞蛋Q鮮菇Q-蒸	有機蔬菜 魷魚羹湯 魷魚羹S木耳Q紅蘿蔔Q雞蛋Q筍T	6.8	2.5	2	3.2	858
30	五	紫米飯	三杯燒魚 魚丁Q豆干-燒	彩繪炒蛋 海帶芽雞蛋Q玉米粒S毛豆Q-炒	芹香彩絲 芹菜Q干絲紅蘿蔔Q木耳Q-煮	有機蔬菜 冬瓜排骨湯 冬瓜Q排骨S	6.6	2.5	2	3	835

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。 ★使用履歷米供餐，12/28(三)回饋有機蔬菜。 營養師 劉容均

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。 ★三章1Q豆奶日：12/1(四)。

(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：台灣農產生產追溯 (T)：產地-台灣