



美味午餐

會稽國中114.1-2月午餐菜單

供餐年級：8、9年級

★皇佳食品廠
臺灣豬標章
QR碼



皇佳食品廠 地址：嘉義市東區... 電話：05-2311111

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	全雞 每條	豆魚 蛋肉	豬菜 類	海鮮 類	數量
元旦放假											
1	三										
2	四	糙米飯	白醬雞丁 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	蛋酥白菜 大白菜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-煮	沙茶滷味 素肚豆干-滷	手切青菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜Q肉絲S	6.8	2.4	2	3.1	846
3	五	小米飯	壽喜燒肉片 肉片S洋蔥Q-煮	木耳扁蒲 蒲瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	雞米花 雞米花S-炸	有機蔬菜 海結排骨湯 海帶結排骨S	6.5	2.5	2	3.2	837
6	一	燕麥飯	銀蘿燉肉 肉丁S蘿蔔Q紅蘿蔔Q-燉	干片炒肉絲 干片肉絲S-炒	鮮燴時瓜 佛手瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-煮	產銷履歷 田園濃湯 南瓜Q紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.5	2.4	2	3	820
7	二	香Q白飯	五香雞腿x1 雞腿S-滷	金黃炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	培根高麗 高麗菜Q培根S紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 味噌小魚湯 海帶芽小魚干	6.7	2.5	2	3.1	846
8	三	義大利麵	日式炸豬排x1 豬排S-炸	豆沙包x1 豆沙包S-蒸	敏豆肉絲 敏豆肉絲肉絲S-炒	季節蔬菜 燒仙草 大豆綠豆Q圓	6.5	2.6	2	3.3	849
9	四	麥片飯	麻香雞 雞丁S高麗菜Q豆管-煮	冬瓜肉末 冬瓜Q絞肉S紅蘿蔔Q毛豆肉絲-煮	甜醬雙併 年糕黑輪Q-煮	有機蔬菜 藥膳湯 豆腐Q排骨S	7	2.3	2	3	848
10	五	五穀米飯	蒜味魚丁 鮭魚丁Q油條-燒	鍋燒海結 海帶結紅蘿蔔Q-燒	肉末炒蛋 洋蔥Q絞肉S雞蛋Q-炒	有機蔬菜 結頭菜湯 結頭菜Q雞丁S	6.8	2.4	2	3.2	850
13	一	香Q白飯	三杯雞 雞丁S豆干-煮	砂鍋白菜 大白菜Q肉絲S紅蘿蔔Q-煮	柴香丸子x2 鮭魚丸S-燒	產銷履歷 黃瓜湯 黃瓜Q肉絲S	6.5	2.4	2	3.2	829
14	二	小米飯	義式燉肉 肉丁S洋蔥Q-燉	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	香拌雜菜 冬粉黃豆芽Q海帶芽-炒	有機蔬菜 玉米蛋花湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.7	2.4	2	3	834
15	三	炒飯	蠔香雞腿排x1 雞腿排S-滷	白玉肉羹 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉羹S-煮	薑味海帶根 海帶根紅蘿蔔Q-炒	季節蔬菜 紅豆薏仁湯 紅豆薏仁S	6.5	2.5	2	3	828
16	四	糙米飯	時蔬煮魚 鮭魚丁Q高麗菜Q-燒	什繪彩丁 玉米粒Q毛豆肉絲紅蘿蔔Q-煮	蔥炒肉絲 洋蔥Q肉絲S紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 冬瓜雞丁湯 冬瓜Q雞丁S	6.8	2.5	2	3.3	862
17	五	麥片飯	南瓜燉雞 雞丁S南瓜Q紅蘿蔔Q-煮	醬燒蘿蔔糕 蘿蔔糕-燒	古早味肉燥 豆干丁絞肉S-煮	有機蔬菜 佛手排骨湯 佛手瓜Q排骨S	7	2.4	2	3.2	864
20	一	胚芽米飯	香滷雞腿x1 雞腿S-滷	茄汁炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q-炒	芽菜海絲 豆芽菜Q海帶絲豆干絲紅蘿蔔Q-炒	產銷履歷 時蔬味噌湯 蘿蔔Q鮮綠Q	6.5	2.5	2	3	828
2月菜單											
11	二	香Q白飯	麻香肉片 肉片S豆管Q-煮	螞蟻上樹 冬粉絞肉S紅蘿蔔Q高麗菜Q-炒	玉米炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 柴香豆腐湯 豆腐	7	2.4	2	3	855
12	三	炒飯	卡啦雞x1 雞排S-炸	滷香世家 貢丸S素肚豆干酸菜T-滷	蒲瓜肉絲 蒲瓜Q紅蘿蔔Q肉絲S-炒	季節蔬菜 綠豆Q圓湯 綠豆Q圓	6.5	2.6	2	3.3	849
13	四	五穀米飯	香滷大排x1 排骨S-滷	薑味冬瓜 冬瓜Q絞肉S紅蘿蔔Q-煮	夜市黑輪塊 黑輪Q片菜Q-炒	有機蔬菜 芙蓉濃湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.8	2.3	2	3.2	843
14	五	麥片飯	義式魚丁 鮭魚丁Q洋蔥Q-煮	蛋香白菜 大白菜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-煮	鍋燒雙味 海帶結筍T-燒	有機蔬菜 雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉絲S	6.5	2.4	2	3	820
17	一	燕麥飯	時蔬雞丁 雞丁S高麗菜Q-煮	彩繪四色 玉米粒Q毛豆肉絲紅蘿蔔Q絞肉S-煮	三杯雙味 油燉米血S-煮	產銷履歷 黃瓜排骨湯 黃瓜Q排骨S	6.8	2.4	2	3	841
18	二	胚芽米飯	家鄉滷肉 肉丁S筍T-滷	綠蔬敏豆 敏豆Q海帶絲紅蘿蔔Q木耳Q-炒	洋蔥炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜 日式小魚湯 海帶芽小魚干	6.8	2.4	2	3.2	850
19	三	茄汁螺旋麵	五香雞翅x1 雞翅S-滷	鮮炒佛手 佛手瓜Q肉羹S紅蘿蔔Q-炒	芋泥包x1 芋泥包S-蒸	季節蔬菜 黑糖山粉圓 山粉圓Q圓	6.5	2.5	2	3	828
20	四	小米飯	金黃魚排x1 虱目魚排Q-炸	紅蔥肉燥 絞肉S-煮	大根燒 蘿蔔Q昆布肉絲紅蘿蔔Q玉米粒Q-煮	有機蔬菜 南瓜濃湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.4	2	3.3	834
21	五	糙米飯	照燒雞 雞丁S洋蔥Q-燒	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	韭香銀芽 豆芽菜Q紅蘿蔔Q韭菜Q-炒	有機蔬菜 肉骨茶湯 豆腐Q排骨S	6.5	2.5	2	3	828
22	六	親職日 香Q白飯	香滷雞腿x1 雞腿S-滷	瓜仔肉 絞肉S碎瓜T-煮	玉米炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 時瓜肉絲湯 青木瓜Q肉絲S	6.7	2.5	2	3	842
24	一	蔬食日 香Q白飯	蒜蓉什錦 豆干素肚肉片S-煮	芹炒彩絲 芹菜Q海帶絲紅蘿蔔Q-炒	蒸蛋 雞蛋Q-蒸	產銷履歷 冬瓜湯 冬瓜Q肉絲S	6.5	2.6	2	3	835
25	二	麥片飯	薑燒魚丁 鮭魚丁Q洋蔥Q-燒	什炒黃瓜 黃瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	麥香雞x1 雞胸肉S-炸	有機蔬菜 豆腐羹湯 豆腐Q木耳Q雞蛋Q筍T紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2	3.2	837
26	三	香菇油飯	鹽酥雞 雞丁Q-炸	沙茶蘿蔔燒 蘿蔔Q鮭魚羹S紅蘿蔔Q-煮	炒高麗菜 高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	季節蔬菜 紅豆薏仁湯 紅豆薏仁S	6.5	2.3	2	3.2	822
27	四	親職日補假									
★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。											
★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。											
★三章IQ豆奶日：1/20(一)、2/24(一)。											
(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：溯源農糧產品 (T)：產地-台灣											

營養師 劉容均、黃筱瑄