



會稽國中114.4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



臺灣豬標章認證、QRcode 一掃解決
標準編號：D000718

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	二	胚芽米飯	打拋肉片 肉片S洋蔥Q蕃茄Q炒	洋芋燴蛋 馬鈴薯Q雞蛋Q紅蘿蔔Q煮	五香什錦 筍T海帶結紅蘿蔔Q適	有機蔬菜	味噌湯 豆腐	6.8	2.4	2	3	841	
2	三	油飯	香滷雞腿排 雞腿排S滷	沙茶干片肉絲 干片肉絲S炒	鮮炒佛手 佛手瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q炒	季節青菜	銀耳甜湯 白木耳	6.5	2.5	2	3	828	
3	四	~ 兒童節、清明節連假 ~											
4	五	~ 兒童節、清明節連假 ~											
7	一	麥片飯	豆瓣燒魚 旗魚丁Q豆腐煮	彩繪什錦 玉米粒Q紅蘿蔔Q毛豆履歷絞肉S煮	韓式年糕 白菜Q年糕煮	產銷履歷	結頭菜湯 結頭菜Q排骨S	7	2.3	2	3	848	
8	二	香Q白飯	醬燒排骨 排骨S滷	咖哩肉醬 馬鈴薯Q絞肉S紅蘿蔔Q煮	韭香芽菜 豆芽菜Q紅蘿蔔Q韭菜Q炒	有機蔬菜	大瓜雞丁湯 黃瓜雞丁S	6.7	2.4	2	3	834	
9	三	白醬義大利麵	鹽酥雞 雞丁Q炸	豆沙包 豆沙包S蒸	木耳敏豆 敏豆履歷木耳Q肉絲S紅蘿蔔Q炒	季節青菜	綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.8	2.3	2	3	834	
10	四	燕麥飯	蒜味南瓜燉肉 肉丁S南瓜Q紅蘿蔔Q煮	鍋燒雙味 麵輪海帶結紅蘿蔔燒	福州丸燒 福州丸S雞蛋Q毛豆履歷紅蘿蔔Q煮	有機蔬菜	白玉香菇湯 蘿蔔Q香菇Q雞丁S	6.6	2.4	2	3	827	
11	五	小米飯	五香雞腿 雞腿S滷	麻婆豆腐 豆腐絞肉S煮	紅仁時蔬 高麗菜Q紅蘿蔔Q炒	有機蔬菜	芙蓉濃湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2	3	828	
14	一	香Q白飯	金黃燉肉 肉丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q燉	鮮菇什蔬 黃瓜Q鮮菇Q紅蘿蔔Q煮	四寶肉醬 玉米粒Q絞肉S毛豆履歷紅蘿蔔Q煮	產銷履歷	肉骨茶湯 豆薯Q排骨S	7	2.4	2	3	855	
15	二	胚芽米飯	義式雞丁 雞丁S洋蔥Q煮	培根高麗 高麗菜Q培根S紅蘿蔔Q炒	黃金甘薯條 甘薯條履歷炸	有機蔬菜	日式小魚湯 海帶芽小魚干	6.8	2.4	2	3.2	850	
16	三	炒飯	黑胡椒排骨 排骨S滷	海根炒肉絲 海帶根肉絲S炒	甜醬雙併 油豆腐丸S煮	季節青菜	黑糖山粉圓 山粉圓Q圓	6.5	2.5	2	3.2	837	
17	四	小米飯	洋芋燉雞 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q燉	肉末炒蛋 雞蛋Q絞肉S洋蔥Q炒	柴香白菜 白菜Q木耳Q紅蘿蔔Q煮	有機蔬菜	薑絲時瓜湯 冬瓜Q肉絲S	6.7	2.4	2	3	834	
18	五	糙米飯	虱目魚排 虱目魚排Q炸	大根燒 蘿蔔Q玉米粒Q香菇Q紅蘿蔔Q煮	紅蔥肉燥 絞肉S煮	有機蔬菜	豆腐羹湯 豆腐雞蛋Q木耳Q紅蘿蔔Q筍T	6.6	2.4	2	3.3	841	
21	一	什穀米飯	蔥油淋魚 鱈魚丁Q高麗菜Q煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔Q炒	蒜蓉豆干 豆干燒	產銷履歷	海帶排骨湯 海帶結排骨S	6.5	2.5	2	3	828	
22	二	燕麥飯	咋滋豬排 豬排S炸	筍香肉燥 筍T絞肉S滷	翠綠小瓜 小黃瓜Q木耳Q炒	有機蔬菜	大頭菜雞湯 結頭菜Q雞丁S	6.5	2.4	2	3.3	834	
23	三	茄汁螺旋麵	蒜香雞腿 雞腿S滷	芹炒時蔬 芹菜Q海帶絲木耳Q紅蘿蔔Q炒	芋泥包 芋泥包S蒸	季節青菜	紅豆紫米湯 紅豆履歷紫米	6.5	2.3	2	3	813	
24	四	香Q白飯	韓式部隊鍋 肉片S白菜Q年糕煮	香酥雞堡 雞胸堡S炸	薑燒冬瓜 冬瓜Q毛豆履歷紅蘿蔔Q煮	有機蔬菜	田園濃湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.6	2.4	2	3.2	836	
25	五	麥片飯	南洋咖哩雞 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q煮	塔香寬粉 寬冬粉絞肉S煮	蘿蔔什錦 蘿蔔Q肉羹S紅蘿蔔Q煮	有機蔬菜	刺瓜肉絲湯 黃瓜Q肉絲S	6.8	2.4	2	3	841	
28	一	蔬食日 糙米飯	照燒什錦 干片雞丁S洋蔥Q煮	腰果玉米肉末 玉米粒Q紅蘿蔔Q毛豆履歷絞肉S煮	鮮菇扁蒲 扁蒲Q鮮菇Q紅蘿蔔Q煮	產銷履歷	藥膳湯 豆薯Q排骨S	6.7	2.3	2	3	827	
29	二	香Q白飯	砂鍋魚丁 鱈魚丁Q大白菜Q煮	薑味海茸 海茸紅蘿蔔Q炒	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q豆腐炒	有機蔬菜	魷魚羹湯 魷魚羹S蘿蔔Q木耳Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.4	2	3	820	
30	三	炒飯	香滷雞翅 雞翅S滷	沙茶滷味 豆干素肚煮	蒜香高麗菜 高麗菜Q紅蘿蔔Q炒	季節青菜	什穀甜湯 大豆綠豆薏仁Q圓	6.5	2.3	2	3	813	

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

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IQ豆奶日：4/28(一)。

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

過敏原資訊：本菜單含「蛋類、麩質穀物及其製品、大豆製品、堅果、魚類及其製品」，不適合對其過敏體質者食用。