



正午味3月菜單 土城國小



公司地址：樹林市武林街 16-1 號 服務電話：8675-3071 傳真電話：2681-3958 衛生署餐盒工廠 HACCP 認證 004 號
 本公司完全採用 CAS 優良肉品及吉園圃新鮮蔬果敬請安心食用 營養師：陳依婷 營養字 002926 號

101年

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯品	附餐	主食類份	蛋豆類份	蔬菜類份	油脂類份	熱量
1	四	香 Q 白飯	壽喜燒豬肉 豬肉.洋蔥(煮)	西紅柿炒蛋 雞蛋.蕃茄(煮)	蔥酥季豆 季豆.蔥酥(炒)	青菜	紅豆小湯圓 紅豆.小湯圓	水果	4.9	2.6	2.5	2.7	709
2	五	麥片飯	南洋咖哩雞 雞肉.馬鈴薯(煮)	章魚小丸子 花枝丸(炸)	芹炒高麗 高麗菜.芹菜(炒)	青菜	鯉魚味噌湯 豆腐.味噌		5	2.5	2.3	2.7	704
3	六	香 Q 白飯	鳳梨咕咾肉 豬肉(煮)	家鄉嫩豆腐 豆腐(煮)	大瓜魚卵捲 時瓜.魚卵捲(燴)	青菜	玉米蛋花湯 玉米.雞蛋		5	2.6	2.6	2.6	714
5	一	香菇油飯	海南油雞 雞肉(煮)	古早味黑輪 黑輪(煮)	香蓉金粒 玉米粒.蔬菜丁(煮)	青菜	白玉大骨湯 白蘿蔔.大骨		5	2.5	2.5	2.6	704.5
6	二	香 Q 白飯	桔醬燒肉片 豬肉(煮)	紅蔘滑蛋 雞蛋.紅蘿蔔(炒)	干貝醬粉絲 冬粉.蔬菜(炒)	青菜	翡翠豆腐羹 豆腐	鮮肉包子	5	2.6	2.3	2.6	706.5
7	三	香 Q 白飯	芝香蜜汁雞 雞肉(煮)	黃金一口酥煎餃 小煎餃(炸)	鮮菇甜豆莢 甜豆.時菇(炒)	青菜	養生山藥湯 山藥		5.3	2.5	2.4	2.7	727.5
8	四	番薯飯	奮起湖滷排骨 排骨(滷)	黃金蛋蛋魚 柳葉魚(炸)	客家小炒 豆干.魷魚(炒)	青菜	磨菇濃湯 磨菇.玉米	水果	5.1	2.6	2.3	2.7	718
9	五	香 Q 白飯	洋蔥鮭魚丁 鮭魚丁(煮)	洋芋炒肉絲 馬鈴薯.豬肉(炒)	麵輪冬瓜 冬瓜.麵輪(滷)	青菜	苳菜魚丸湯 魚丸片		5	2.5	2.5	2.6	704.5
12	一	香 Q 白飯	韓式石鍋肉片 豬肉.時蔬(煮)	麥克雞塊 x2 麥克雞塊(炸)	開陽扁蒲 蒲瓜.蝦米(煮)	青菜	香菇雞湯 香菇.雞丁		5.1	2.5	2.4	2.6	709
13	二	茄汁鮮菇炒飯	卡啦脆皮雞腿 雞腿(炸)	膠原滷味 海帶結.白蘿蔔(滷)	蛋鬆白菜滷 大白菜.雞蛋(煮)	青菜	金針排骨湯 金針花.排骨	水果	5.1	2.5	2.3	2.5	702
14	三	香 Q 白飯	大廚回鍋肉 豬肉(煮)	大瓜燴蝦球 時瓜.蝦球(燴)	馬鈴薯沙拉 馬鈴薯.蔬菜丁(煮)	青菜	枸杞薏仁湯 小薏仁.枸杞		5.3	2.6	2.5	2.5	728
15	四	玉米飯	懷石嫩雞 雞肉(煮)	義大利肉醬 豬肉.蕃茄.洋蔥(煮)	干煸季豆 季豆(炒)	青菜	波霸奶茶 粉圓.紅茶	水果	5.1	2.5	2.4	2.5	704.5
16	五	香 Q 白飯	蜜汁叉燒肉 叉燒肉(煮)	哈姆炒蛋 雞蛋.火腿(炒)	木須銀芽 豆芽菜.木耳(煮)	青菜	芋頭米粉湯 米粉.芋頭		5	2.6	2.5	2.5	707
19	一	香 Q 白飯	黑胡椒豬排 豬排(煮)	關東煮 白蘿蔔.油豆腐(煮)	香菇高麗 高麗菜.香菇(炒)	青菜	紫菜蛋花湯 紫菜.雞蛋		5.1	2.5	2.4	2.4	700
20	二	香 Q 白飯	香菇百頁腐 百頁(滷)	焦糖地瓜條 地瓜條(炸)	玉米三元燴 玉米粒.蔬菜丁(燴)	青菜	榨菜粉絲湯 榨菜.粉絲	草莓蛋糕	5.2	2.6	2.2	2.2	700
21	三	香 Q 白飯	無錫嫩子排 豬小排骨(煮)	壽喜燒烘蛋 雞蛋(炒)	雙色花椰 花椰菜(煮)	青菜	綠豆麥角湯 綠豆.小麥角		5.3	2.5	2.4	2.6	723
22	四	紫米飯	紅燒鮮魚塊 鮮魚塊(煮)	滿漢烤香腸 香腸(烤)	香拌寬粉 寬冬粉.蔬菜(炒)	青菜	日式味噌湯 柴魚.味噌	水果	5.1	2.5	2.5	2.7	716
23	五	香 Q 白飯	蔥燒豚肉 豬肉(煮)	咖哩魚蛋燒 馬鈴薯.紅蘿蔔.魚蛋丸(煮)	豆瓣鮮筍 竹筍(煮)	青菜	黃豆芽高湯 黃豆芽		5	2.6	2.4	2.6	709
26	一	胚芽飯	栗子燒雞 雞肉.栗子(煮)	佛跳牆 竹筍.芋頭(煮)	彩燴青蔬 綠色蔬菜(炒)	青菜	翠玉大骨湯 時瓜.大骨		5	2.5	2.5	2.5	700
27	二	香 Q 白飯	京醬肉絲 豬肉(煮)	浮水魚羹 魚羹.白蘿蔔(燴)	塔香海帶絲 海帶絲(煮)	青菜	油腐細粉湯 油腐絲.冬粉	水果	5.2	2.4	2.4	2.4	700
28	三	香 Q 白飯	吮指雞腿排 雞腿排(煮)	芹炒豆雞片 豆雞片.芹菜(炒)	奶汁焗津白 大白菜.蝦米(煮)	青菜	燒入蜜豆燒仙草 仙草.花豆		5.3	2.5	2.5	2.7	730
29	四	鮮蔬肉絲炒麵	北海魚排 魚排(炸)	菜脯蔥蛋 雞蛋.菜脯(炒)	翡翠麵筋 麵筋.蔬菜丁(煮)	青菜	竹筍湯 竹筍	水果	5.1	2.4	2.5	2.7	709
30	五	香 Q 白飯	開胃花瓜雞 雞肉.甜瓜(煮)	麻婆豆腐 豆腐(煮)	銀芽火腿 豆芽.火腿絲(炒)	青菜	羅宋湯 洋蔥.蕃茄		5.2	2.4	2.4	2.6	709

年級	用餐日期	天數	\$
二年級	6.7.13.14.20.21.27.28	8	360
四年級	1.3.5.6.7.8.12.13.14.15.19.20.21.22.26.27.28.29	18	810
六年級	1.2.3.5.6.7.8.9.12.13.14.15.16..22.23.26.27.28.29.30	20	900