

113年4月午餐菜單興雅國中



※提醒:餐點內有機率含有肉骨頭、魚刺,用餐時請小心食用,細嚼且慢嚥。魚經去刺加工處理,為避免有魚骨(刺)殘留,仍請指導學生小心魚骨(刺)。

1	Lile L.1				心食用,細嚼且慢嚥。魚經去	长刺加工處理,為避免有魚力		·殘留,仍請指導學生小心 ·政院衛生署HACCP級證合格廳商 营養		
2 - 白米飯 奶香南瓜雞 ★★黄金魚條X2 時 元 本的 大田田園番茄湯 20 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10					主菜 二	副菜一			-1 Mem-=(B K 1 N-000012	
2 - 白米飯 奶香南瓜雞 ***	1	1	燕麥飯	招牌滷肉	雞茸豆腐煲	清炒高麗菜	青菜	山藥洋芋雞湯	6.7 2.6 2.5 2.0 8	
1			白米. 燕麥(蒸)	豬肉. 笥干. 梅菜(滷)	豆腐.雞肉.毛豆(燒)	高麗菜. 胡蘿蔔. 木耳(炒)		馬鈴薯.山藥.蔬菜.枸杞.雞肉		
□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	2	11	白米飯	奶香南瓜雞	★▲黃金魚條X2	時蔬冬粉	青菜	田園番茄湯	6.8 2.5 3.0 2.0 8	
1			白米(蒸)	雞肉. 南瓜. 玉米(炒)	魚肉(炸)	冬粉. 蔬菜. 豬肉(炒)		番茄. 馬鈴薯. 胡蘿蔔		
10 10 10 10 10 10 10 10	3	Щ			. ,		有機菜		6.8 2.8 2.5 2.0 8	
8 - 紅藜飯	6	四	有機白米(蒸)			,		米粉. 魷魚圈. 蔬菜		
10	7	五	清 ~ 明 ~ 健 ~ 假							
9 二 白米飯 票香燉雞 ★炸餓魚園 白菜油 お菜 緑豆湯 ***********************************	8	-	紅藜飯	薑汁燒肉	▲雞柳條X2	清香炒筍	青菜	鮮菇豆腐湯	6.5 2.7 2.7 2.1 8	
10 三 有機自米飯 簡焼肉排XI			白米.紅藜(蒸)	豬肉. 洋蔥. 薑(燒)	雞肉(烤)	笥.胡蘿蔔(炒)		豆腐. 鮮菇. 蔬菜		
10 三 有機白米飯	9	11	白米飯	栗香燉雞	★炸魷魚圈	白菜滷	青菜	綠豆湯	7.0 2.5 2.5 2.0 8	
11 □ DIY油麵 香油雞腿XI			白米(蒸)	雞肉. 栗子. 南瓜(燉)	魷魚圏(炸)	白菜.珍菇(滷)		綠豆		
11 □ DIY油麵 香滷雞腿XI 白斑(鱼)	10	Щ					有機菜		6.5 2.9 2.5 2.0 8	
12 五 白米飯 香料嫩雞			有機白米(蒸)	豬肉(燒)	雞肉. 凍豆腐. 鮮菇. 枸杞(燉)	維蛋. 番茄(炒)		黃瓜. 雞肉		
12 五 白米飯 香料嫩雞 蔥爆豬柳 田園玉米蛋 12 五 白米飯 香料嫩雞 15 一 小米飯 15 四 日本 内片 15 一 小米飯 15 四 日本 内片 16 四 発 内片 17 四 有機白米飯 18 四 白米飯 18 四 日本 18 四 日本 18 回日 日	11	四		.,,			青菜		6.8 2.5 2.5 2.2 8	
15 - 小米飯			麵(煮)	難腿(滷)	豬肉. 蘿蔔(燉)	高麗采. 枸杞(炒)				
15 - 小米飯 香滷翅腿X2 白菜肉片 海苔絲蒸蛋 青菜 黒糖地瓜 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	12	五	白米飯	香料嫩雞	蔥爆豬柳	田園玉米蛋	有機菜	薏仁小排湯	6.7 2.6 2.5 2.0 8	
#月、白星(分)			白米(蒸)	雞肉. 馬鈴薯. 香料(燉)	豬肉.洋蔥(炒)	雞蛋. 玉米. 胡蘿蔔. 毛豆(炒)		冬瓜. 薏仁. 豬肉		
16	15	1	小米飯	香滷翅腿X2	白菜肉片	海苔絲蒸蛋	青菜	黑糖地瓜	6.8 2.5 2.5 2.0 8	
17			白米. 小米(蒸)		豬肉. 白菜(炒)	雞蛋. 海苔絲(蒸)		黒糖. 地瓜		
17 三 有機白米飯 無錫燉肉 彩蔬嫩雞 海帯雙絲 お桃菜 清甜筍片湯 5.5 2.7 2.5 2.6 200 200 200 200 200 200 200 200 200 20	16	11	7, 1, 4, 1, 2	(生鮮水產品)			青菜		6.5 2.6 2.8 2.0 8	
18 日 日来飯 一日 日本 日本 日本 日本 日本 日本 日本				無排(炸-焼)						
18 四 白米飯 香料雞排X1 田園肉茸 ▲地瓜薯條 南瓜濃湯 カム 馬鈴醬 カム 馬鈴酱 カム カム ラ カム	17	11			,	, , , ,	有機菜		6.5 2.7 2.5 2.0 8	
19 五 芝麻飯 豬肉(焼)			有機白米(蒸)	豬肉.油豆腐.紅白羅匐(燉)	雞肉. 彩椒丁. 小黄瓜丁(炒)	海带. 旦十絲(炒)		简片. 疏采		
19 五 芝麻飯 豬肉小炒 ★▲鹽酥雞 增炒白菜 新椒菜 蘿蔔排骨湯 14P至 4.5 2.5 2.8 2.2 2.8 2.8	18	四	·	,			有機菜		7.0 2.6 2.6 2.0 8	
22 - 23 - 24 - 25 - 25 - 25 - 25 - 25 - 25 - 25				難內(烧)	土米.豬紋肉. 七豆(炒)					
全中運活動 補假不供餐 26 五紅醬義大利麵 三杯雞 燒烤肉條X3 (有機)高麗菜 青菜 玉米濃湯 5.5 2.5 2.5 2.6 805	19	五		, , , ,		, H . 2 21-	有機菜	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		
24 三 25 四	22	-	口小、紅拳(祭)	箱内虾. 五丁. 疏采(炒)	_			雅副. 稻 闪		
25 □ 補假不供餐 26 五 紅醬義大利麵 三杯雞 燒烤肉條X3 (有機)高麗菜 青菜 玉米濃湯 6.5 2.5 2.5 2.0 805 29 - 白米飯 ★▲卡拉雞X1 打拋豬肉 毛豆蒸蛋 青菜 鮮瓜湯 6.5 2.8 2.6 2.0 805 29 - 白米飯 ★▲卡拉雞X1 打拋豬肉 毛豆蒸蛋 青菜 鮮瓜湯 46.5 2.8 2.6 2.0 805 30 二 薔麥飯 叉燒肉排X1 滷味雞肉 香炒筍絲 青菜 綜合仙草 6.8 2.6 2.5 2.0 805 ※ 備生:本菜果今有憂・炒、堅果花生芝塩、甲酸、海鲜及共相關製品、不適分對共過軟體質者食用。全面採用優良認證會材、使用非基及玉米及豆製品、若想了解更對細的資料歡迎至食材母蜂平台童看。 正菜種類(次/月) 4.6 数肉 维肉 华朗秀村 人用理农品 表点、由额 系统 ★海炸品 ▼銀灣					全 中 ひ	主 沽 勤				
29 — 白米飯 ★▲卡拉雞X1 打拋豬肉 毛豆蒸蛋 青菜 鮮瓜湯 □ +					補假フ	下 供 餐	I			
29 — 白米飯 ★▲卡拉雞X1 打拋豬肉 毛豆蒸蛋 青菜 鮮瓜湯	26	五	紅醬義大利麵	三杯雞	燒烤肉條X3	(有機)高麗菜	青菜	玉米濃湯	6.5 2.5 2.5 2.0 8	
自求(蒸) 維肉(炸) 維肉,洋蔥、番茄、九層塔(炒) 維蛋、毛豆(蒸) 解瓜、蔬菜			義大利麵(煮)	雞肉. 九層塔. 米血糕(炒)	豬肉(烤)	高麗菜. 胡蘿蔔. 珍菇(炒)		玉米. 蔬菜		
30 二 蕎麥飯 叉燒肉排X1 滷味雞肉 香炒筍絲 青菜 綜合仙草 6.8 2.6 2.5 2.0 834 自来, 蕎麥飯	29	-	白米飯	★▲卡拉雞X1	打拋豬肉	毛豆蒸蛋	青菜	鮮瓜湯	6.5 2.8 2.6 2.0 8	
自米、蕎麥(蒸) 豬肉(燒) 雞肉、甜不辣、海帶(滷) 筍、蔬菜(炒)			白米(蒸)	雞肉(炸)	豬肉.洋蔥.番茄.九層塔(炒)	雞蛋. 毛豆(蒸)		鮮瓜. 蔬菜		
 ※ 備注:本菜單含有蛋、奶、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮及其相關製品,不適合對其過敏體質者食用。 企面採用優良認證食材,使用非基改五來及豆製品,若想了解更詳細的資料歡迎至食材整練平台量看。 主菜種類(次/月) 主菜食材料性分析(次/月) 可以供給的工作。 可以能能可以供給的工作。 可以能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能能	30	=	蕎麥飯	叉燒肉排X1	滷味雞肉	香炒筍絲	青菜	綜合仙草	6.8 2.6 2.5 2.0 8	
主菜種類(次/月) 主菜食材料性分析(次/月) 副菜食材料性分析(次/月) 其他分析(次/月) 互類 点向 及其 及海 総肉 雞肉 生解食材 ▲湖理食品 ▲加工食品 ★油炸品	\square			I .			以品, 芝和		香看。	
及其 及海 箱內 郑內 生对长州 鱼间在长田 魚、肉類 其他			主菜種類(次/)	月)	主菜食材特性	:分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月) ▲加工食品	其他分析(次/月)	