

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節 蔬菜	湯品	全蛋 雞蛋	豆魚 雞肉	蔬菜 類	水果 類	熱量
22	一	香Q白飯	金黃咖哩魚 魚丁(Q) 南瓜(Q) -煮	油腐粉絲 油豆腐冬粉-煮	什炒扁蒲 扁蒲(Q) 魚卵捲(S) 木耳(Q) -炒	產銷 履歷	時蔬菇菇湯 高麗菜(Q) 鮮菇(Q) 肉絲(S)	6.7	2.5	2	3.1	810
23	二	胚芽米飯	五香雞腿 雞腿(S) -滷	紅麴肉燥 豆薯丁(Q) 絞肉(S) -煮	白菜滷 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 木耳(Q) -煮	有機 蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽雞蛋(Q)	6.5	2.5	2	3	828
24	三	香Q白飯	瓜仔雞 雞丁(S) 脆瓜(T) -煮	金菇萵苣 大陸妹(Q) 金針菇(Q) -煮	滷味燙 百頁豆腐素肚高麗菜(Q) -滷	有機 蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜肉絲(S)	6.1	2.4	2	3.2	861
25	四	蔬食日 茄汁螺旋麵	堅果燒豆干 干豆紅蘿蔔(Q) 木耳(Q) 杏仁果-燒	奶皇包(65克) 奶皇包(S) -蒸	柴香白玉 蘿蔔(Q) 紅蘿蔔(Q) 茼蒿葫蘆捲-煮	有機 蔬菜	味噌湯 豆腐	6.7	2.5	2.2	3	817
26	五	燕麥飯	蒜味豬排 豬排(S) -燒	芽菜三絲 豆芽菜(Q) 韭菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	冬瓜肉末 冬瓜(Q) 絞肉(S) -煮	有機 蔬菜	馬鈴薯濃湯 馬鈴薯(Q) 紅蘿蔔(Q) 雞蛋(Q)	6.7	2.4	2.3	3	842

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供公糧米供餐，2/24(三)提供有機蔬菜及水果。

營養師 劉容均

(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

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜				季節湯品	湯品	全日 總量	菜肉 量	蔬菜 量	豆類 量	水果 量	熱量
22	一	香Q白飯	油腐粉絲 油豆腐冬粉-煮	金黃咖哩 南瓜(Q)紅蘿蔔(Q)-煮	什炒扁蒲 扁蒲(Q)木耳(Q)-炒	紅燒茄子 茄子(Q)-燒	滷雙結 海帶結白干結紅蘿蔔(Q)-滷	蔬類 蔬菜	時蔬菇湯 蔬菜(Q)鮮菇(Q)紅蘿蔔(Q)	7	2.3	2.3	3.1		960
23	二	胚芽米飯	蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	腰果豆薯彩丁 豆丁(Q)小黃瓜(Q)紅蘿蔔(Q)腰果-炒	白菜滷 大白菜(Q)鮮菇(Q)木耳(Q)-煮	絲瓜豆皮 絲瓜(Q)豆皮-煮	甜麵醬烤鴨片 烤鴨片九層塔-炒	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽薑絲	7	2.4	2.3	3		963
24	三	香Q白飯	滷味燙 百頁豆腐素肚高麗菜(Q)-滷	金菇萵苣 大陸妹(Q)金針菇(Q)-煮	素瓜仔肉 素絞肉脆瓜(T)-煮	紅仁花菜 白花菜(S)紅蘿蔔(Q)-炒	時蔬藕片 蓮藕(Q)甜椒(Q)芹菜-炒	有機蔬菜	榨菜素肉絲湯 榨菜(T)素肉絲	6.6	2.3	2.4	3	1	911
25	四	香Q白飯	脆皮豆腐 豆腐-炸	田園玉米 玉米粒(S)三色豆(S)-炒	柴香白玉 蘿蔔(Q)紅蘿蔔(Q)茼蒿葫蘆-煮	香椿麵輪 麵輪香菇(Q)-煮	芝麻芋薯 芋頭(Q)地瓜(Q)芝麻-燒	有機蔬菜	味噌湯 豆腐	7	2.4	2.2	3.2		969
26	五	燕麥飯	醬燒豆干 豆干紅蘿蔔(Q)-燒	芽菜三絲 豆芽菜(Q)紅絲(Q)木耳(Q)-炒	薑味冬瓜 冬瓜(Q)皮絲紅蘿蔔(Q)薑-煮	沙茶芥蘭 芥蘭菜(Q)薑素肉絲-炒	客家燜筍 筍(T)福菜(T)-煮	有機蔬菜	馬鈴薯濃湯 馬鈴薯(Q)紅蘿蔔(Q)	6.5	2.3	2.5	3		925

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供公糧米供餐，2/24(三)提供有機蔬菜及水果。

營養師 劉容均

(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



110年02月菜單 桃園國中

療癒午餐



日期	星期	主食	主菜	副菜		蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬菜	油脂	熱量
★ 02 / 22	一	小米飯	迷迭香豬排 燒：迷迭香,生鮮豬排S	麻婆豆腐 燒：豆腐,蔥,絞肉S	彩椒花椰 炒：彩椒Q,花椰菜S	履歷蔬菜	羅宋湯 番茄,西芹,肉片		6.5	2.9	2.4	2.6	850
★ 02 / 23	二	白飯	糖醋排骨 燒：洋蔥Q,排骨S	小瓜繪蛋 炒：小瓜Q,蛋Q	蔥爆海絲 炒：蔥,豆干,海帶絲,肉絲S	有機蔬菜	紅麵線湯 麵線,木耳,肉絲		6.6	2.8	2.5	2.6	852
★ 02 / 24	三	白飯	香酥魚排 炸：魚排S	福州丸子燒 燒：福州丸S	芋香白菜滷 燒：芋頭Q,白菜Q	公糧回饋有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜,肉片	水果	6.6	2.8	2.4	2.7	854
★ 02 / 25	四	香蔥蛋炒飯 蔬食日	三杯嫩油腐 燒：油豆腐,菇類Q	65G奶黃包 蒸：奶黃包S	芝香銀芽 炒：豆芽菜Q,紅蘿蔔Q,韭菜,芝麻	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 薑絲,冬瓜		6.5	2.8	2.6	2.7	852
★ 02 / 26	五	紫米飯	茄汁雞米花 燒：雞丁S,西芹Q	蘿蔔燒麵輪 燒：白蘿蔔Q,紅蘿蔔Q,麵輪	蔬菜寬冬粉 炒：高麗菜Q,寬冬粉	有機蔬菜	草菇濃湯 洋芋,南瓜,香菇		6.6	2.9	2.4	2.5	852

食材一律使用國產豬肉及非基改食材 / 營養師：暨湘云 02/24(三)公糧回饋有機蔬菜並提供水果



110年02月素食菜單 桃園國中

日期	星期	主食	主菜	副菜			蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆類	蔬菜	油脂	熱量
02 / 22	一	小米飯	五香素肚 滷：素肚	豆豉苦瓜 燒：豆豉、苦瓜	麻婆豆腐 燒：豆腐、青豆	彩椒花椰 炒：彩椒、花椰菜	南瓜餅 炸：南瓜、芝麻	履歷蔬菜	羅宋湯 番茄、西芹		6.5	2.2	2.2	850
02 / 23	二	白飯	蓮子蘭花干 燒：蓮子、蘭花干	白花炒番茄 炒：番茄、白花椰	小瓜炒豆皮 炒：小瓜、豆皮	醬燒筍片 燒：竹筍、菇類	豆干雙絲 炒：豆干絲、紅蘿蔔	有機蔬菜	紅麵線湯 麵線、木耳		6.8	2.2	2.2	856
02 / 24	三	香菇炒飯	芝麻腰果豆干 燒：芝麻、腰果、豆干	芹香油片絲 炒：芹菜、紅蘿蔔、油片絲	蔬菜捲 燒：蔬菜捲	芋香白菜滷 燒：芋頭、白菜	椒鹽鮮菇 炒：菇類、胡椒鹽	公糧回饋有機蔬菜	酸菜鮑菇湯 酸菜、鮑魚菇	水果	6.8	2.2	2.2	857
02 / 25	四	白飯	三杯嫩油腐 燒：油豆腐、菇類	蔬菜丸子 炸：時蔬、芝麻	大瓜鮮菇 燒：大瓜、香菇	炸醬干丁 燒：豆干、紅蘿蔔	清炒豆芽 炒：豆芽菜、木耳	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 薑絲、冬瓜		5.8	2.2	2.2	867
02 / 26	五	紫米飯	紅燒板豆腐 燒：板豆腐	塔香海茸 炒：九層塔、海茸	雙滷蘿蔔 滷：紅白蘿蔔	蔬菜寬冬粉 炒：高麗菜、寬冬粉	蜜汁地瓜 燒：地瓜、黑白芝麻	有機蔬菜	蕈菇濃湯 洋芋、南瓜、香菇		6.9	2.2	2.2	852

食材來源一律使用國產豬肉及非基改食材 營養師：暨湘云 02/24(三)公糧回饋有機蔬菜並提供水果

裕民田精緻午餐

桃園國中
110年2.3月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全日供應 (份)	午餐供應 (份)	晚餐供應 (份)	宵夜供應 (份)	備註
★2/22	一	白米飯	拿坡里魚塊 鮭魚丁、洋蔥、番茄/煎	麥克雞塊*2 雞塊/炸	金黃玉米毛豆 玉米、毛豆、馬鈴薯/煮	產銷履歷蔬菜	韓式海結湯 海結、黃豆芽、肉片	6	2	2	3	8
★2/23	二	麥片飯	鐵路大肉排 豬排/煎	暖暖麻油米血 米血、高麗菜、薑/煎	菇菇燴黃瓜 黃瓜、蔥/燴	有機蔬菜	港式酸辣湯 豆腐、香菇、紅菇	6	3	2	2	8
★2/24	三	日式炒烏龍	鹽燒雞腿排 雞腿排/煎	奶黃流沙包60G 奶黃包/蒸	繽紛花椰 白花、青花、紅蘿蔔/炒	公糧回饋有機蔬菜	粉絲福菜湯 福菜、粉絲、肉絲	6	2	2	2	8
★2/25	四	白米飯 (蔬食日)	南瓜籽碎瓜絞肉煲 絞肉、碎瓜、南瓜籽/煮	番茄炒蛋 番茄、蛋、洋蔥/炒	白玉蘿蔔 蘿蔔、紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	金針菇蔬菜湯 金針菇、蔬菜	6	2	2	3	8
★2/26	五	小米0飯	旺旺糖醋雞 雞丁、洋蔥/炒	客家小炒 豆干、芹、乾魷魚、肉絲/炒	韭菜豆芽 韭菜、豆芽/炒	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、玉米、藕	6	2	2	2	8
★3/1	一	3/1(一)補休一日										
★3/2	二	燕麥飯	黑胡椒豬柳 豬柳、洋蔥、黑胡椒/煎	麻婆豆腐 絞肉、豆腐、毛豆/煎	培根馬鈴薯 馬鈴薯、紅蘿蔔、培根/煮	有機蔬菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜、薏仁、肉片	6	2	2	2	8
★3/3	三	主廚炒麵	脆皮魚排 旗魚排/炸	鮑魚菇蕪菁 鮑魚菇、鮑魚菇/煮	蔥爆海絲 海帶絲、豆干、肉絲、蔥/炒	產銷履歷蔬菜	日式味噌湯 豆腐、味噌、洋蔥	6	2	2	3	8
★3/4	四	五穀飯	傳統滷排骨 排骨/煎	紅絲炒蛋 蛋、紅蘿蔔、洋蔥/炒	高麗回鍋片 臘腸、回鍋干片/炒	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆	6	3	2	2	8
★3/5	五	白米飯	酸甜雞肉 雞丁、洋蔥、甜椒/煮	蔬菜虎皮蝦捲 蝦捲、白菜/煎	鮮味佛手瓜 佛手瓜、紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	迪化麵線羹 紅薯泥、肉鬆、香菇、紅絲	6	2	2	3	8
★3/8	一	小米0飯	杏子豬排 豬排/炸	田園玉米 玉米、紅蘿蔔、毛豆、絞肉/煮	豆皮大白滷 大白菜、豆皮、木耳/煮	產銷履歷蔬菜	香菇雞湯 雞腿、雞丁、香菇	6	2	2	3	8
★3/9	二	白米飯	日式咖哩魚 鮭魚丁、洋蔥/煮	鐵板燒肉絲 肉絲、洋蔥、海結/煎	開陽瓠瓜 瓠瓜、蝦皮/煮	有機蔬菜	什錦蔬菜湯 蔬菜、肉絲、香菇絲、紅蘿蔔	6	2	2	2	8
★3/10	三	波隆那肉醬麵	可樂雞翅 雞翅/油	鴻喜菇花椰 花椰、鴻喜菇/炒	香炊馬拉糕50G 馬拉糕/蒸	季節蔬菜	玉米濃湯 玉米、蛋、紅蘿蔔	6	2	2	3	8
★3/11	四	胚芽0飯 (蔬食日)	腰果嫩腐燒 大塊豆腐、腰果/煎	冬瓜麵筋 冬瓜、麵筋/煮	黑椒銀芽 豆芽、韭菜、紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	筍片湯 筍片	6	2	2	2	8
★3/12	五	白米飯	宮保雞丁 雞丁、花生、豆瓣/煎	蜜汁大黑干 黑豆干、芝麻/煎	韓式高麗年糕 高麗菜、泡菜、年糕/煮	有機蔬菜	薑絲海帶湯 薑絲、海帶、肉片	6	2	2	2	8
★3/15	一	麥片飯	海鮮蝦排 蝦排/炸	番茄炒蛋 番茄、洋蔥、蛋/炒	蒜泥脆皮豆腐 豆腐、蒜/煎	產銷履歷蔬菜	豆薯雞湯 豆腐、雞丁	6	2	2	3	8
★3/16	二	白米飯	五香滷雞腿 雞腿/油	海結滷味燙 海結、雞絲、薑絲/燴	螞蟻上樹 冬粉、蔬菜、絞肉/炒	有機蔬菜	結頭菜肉片湯 結頭菜、肉片	6	2	2	2	8
★3/17	三	肉燥擔擔麵	鐵板里肌 豬排/煎	白玉蘿蔔煮 蘿蔔、紅蘿蔔/煮	福州丸子燒 福州丸、白菜/煎	季節蔬菜	三絲肉羹湯 肉絲、肉羹、木耳、紅蘿蔔	6	2	2	3	8
★3/18	四	地瓜絲飯	沙茶魚塊 鮭魚丁、洋蔥/煮	香菇扁蒲 扁蒲、香菇/炒	客家小炒 豆干片、肉絲、乾魷魚/炒	有機蔬菜	芋圓地瓜 地瓜、芋圓	6	2	2	2	8
★3/19	五	白米飯	鹽燒翅小腿*2 翅小腿/煎	九香打拋肉 干丁、絞肉、番茄、九層塔/煮	鮮炒花椰菜 花椰菜、紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	福菜粉絲湯 福菜、粉絲、肉絲	6	2	2	2	8
★3/22	一	紫米白飯	紅燒扣肉 肉丁、豆腐、紅燒	絞肉油豆腐 絞肉、油豆腐、毛豆/煮	秀珍菇黃瓜 黃瓜、秀珍菇/煮	產銷履歷蔬菜	巧達濃湯 玉米、蛋、起司	6	2	2	2	8
★3/23	二	白米飯	蜜汁雞排 雞腿排/煎	肉燥茼蒿 茼蒿、絞肉/煮	洋葱乳酪蛋 蛋、洋葱、紅蘿蔔、乳酪/炒	有機蔬菜	味噌海苔湯 豆腐、味噌、海苔	6	2	2	3	8
★3/24	三	羅勒麵	鹽酥黃金魚 鮭魚丁、九層塔/炸	杏菇洋芋燒 杏菇、洋蔥/煮	椒鹽百頁塊 百頁、椒鹽/煎	季節蔬菜	黃瓜雞湯 黃瓜、雞肉	6	2	2	3	8
★3/25	四	小米蒸飯 (蔬食日)	香葵茶燒凍豆腐 凍豆腐、沙茶、菜瓜子/煎	木須炒鮮筍 木須、鮮筍/炒	開陽絲瓜冬粉 絲瓜、冬粉/煮	有機蔬菜	藥膳蘿蔔湯 蘿蔔、菇	6	2	2	2	8
★3/26	五	白米飯	西打雞腿 雞腿/油	南瓜奶醬花枝丸 花枝丸、洋蔥、南瓜/煎	金茸結頭菜 結頭菜、金針菇/煮	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐、雞絲、木耳、紅蘿蔔	6	2	2	2	8
★3/29	一	麥片飯	京都炸豬排 豬排/炸	彩繪玉米 玉米、紅蘿蔔、毛豆/炒	海帶干絲 海帶絲、干絲、紅絲/拌	產銷履歷蔬菜	火鍋菇菇湯 肉片、香菇、香菇、金針菇	6	2	2	3	8
★3/30	二	白米飯	傳家麻油雞 雞丁、蔥、麻油/煮	日式一番煮 蘿蔔、紅蘿蔔、鴻喜菇/煮	蒙古豆芽肉 豆芽、肉片/煎	有機蔬菜	小魚豆腐湯 小魚乾、豆腐	6	2	2	2	8
★3/31	三	什錦炒麵	香蒜大排 豬排/煎	佛跳牆 大白菜、蝦米、木耳/炒	醬燒魚板 魚板/煎	公糧回饋有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜、肉片	6	2	2	3	8

★標示為三章—0申請日 / 營養師 李佳芸

*全面使用非基改黃豆製品及玉米

*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。

*週一供應產銷履歷蔬菜

*週二四五供應有機蔬菜

*2/24、3/31提供水果

裕民田食品股份有限公司

服務專線 03-368-1899

HACCP食品認證中央廚房餐盒工廠

桃園市八德區瑞源一街11號



裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中110年2-3月份素食菜單

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	美味副菜	美味副菜	美味副菜	新鮮蔬菜	可口湯品	產銷履歷蔬菜	營養成分表
2/22	一	五穀米飯	素沙茶百頁 百頁/燒	豆醬桂竹筍 豆醬、桂竹筍/炒	紅片高麗菜 高麗、紅蘿蔔/炒	西芹炒菇 西芹、菇/炒	開胃冬瓜燒 冬瓜、素絞肉/燒	產銷履歷蔬菜	金針粉絲湯 金針、粉絲	產銷履歷蔬菜	6.5 2.4 2.8 3 840
2/23	二	香甜白飯	香烤素鱈魚 素鱈魚/烤	麻婆嫩豆腐 嫩豆腐/燒	蔬菜冬粉 大白菜、冬粉/炒	滷海帶捲 海帶捲/滷	青椒田婦羅 青椒、田婦羅/炸	有機蔬菜	酸辣湯 紅蘿蔔絲、筍絲、木耳絲	有機蔬菜	6.4 2.5 2.8 2.8 832
2/24	三	素香炒飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	雙色蘿蔔煮 蘿蔔、紅蘿蔔/煮	豆管白菜滷 豆管、白菜、木耳、白菜/煮	扁蒲炒菇 扁蒲、菇/炒	塔香海茸 九層塔、海茸/炒	季節蔬菜	薑絲榨菜湯 榨菜、薑絲	季節蔬菜	6.3 2.5 3 3 853
2/25	四	小米蒸飯	素雞排 素雞排/燒	蜜汁干丁 干丁/煮	綜合雪蓮子 綠豆丁、雪蓮子、芋頭/煮	梅干燒苦瓜 梅干、苦瓜/燒	小瓜杏鮑菇 小黃瓜、杏鮑菇/炒	有機蔬菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜、薏仁	有機蔬菜	6.5 2.6 2.5 2.7 834
2/26	五	香甜米飯	豆豉燒豆包 豆豉、豆包/燒	玉米炒馬鈴薯 玉米、洋芋、紅蘿蔔/炒	泰式打拋肉 雞腿、番茄、九層塔/炒	蔬菜豆芽 豆芽、高麗菜/炒	酸心素肚 素肚、素肚/炒	有機蔬菜	蘿蔔筍絲湯 筍絲、蘿蔔絲	有機蔬菜	6.4 2.5 2.3 3 828
3/1	一	3/1(一)補休一日									
3/2	二	五穀飯	雙色烤麩 烤麩、紅蘿蔔、木耳/燒	素炒花椰 花椰菜/炒	薑絲冬瓜 薑、冬瓜/煮	下飯馬鈴薯 馬鈴薯、紅蘿蔔/煮	麻婆豆腐 素絞肉、豆腐/燒	有機蔬菜	什錦蔬菜湯 番茄、高麗菜	有機蔬菜	6.5 2.5 2.7 2.5 823
3/3	三	高麗菜炊飯	薑汁燴素排 素排/燒	鮑魚菇燕青 結頭菜、鮑魚菇/煮	福山大陸妹 大陸妹/炒	塔香百頁 九層塔、百頁/炒	醬爆海絲 海帶絲、豆干、芹/燒	季節蔬菜	日式味噌湯 味噌、海茸、蘿蔔	季節蔬菜	6.1 2.6 2.6 3 843
3/4	四	地瓜飯	紅燒豆包 豆包/燒	蔬菜年糕 高麗菜、年糕/煮	菜豆炒涼薯 菜豆、涼薯/炒	豆醬炒筍 豆醬、筍/炒	小瓜干丁 小黃瓜、干丁/炒	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆	有機蔬菜	6.5 2.5 2.7 3 845
3/5	五	香甜白飯	大嫩豆腐燒 大嫩豆腐/燒	鮮味佛手瓜 佛手瓜、紅蘿蔔/炒	和風關東煮 蘿蔔、玉米/煮	榨菜三絲 豆干、小黃瓜、紅蘿蔔/炒	醬爆杏鮑菇 西芹、杏鮑菇/燒	有機蔬菜	迪化麵線 紅麵線、筍絲、紅絲	有機蔬菜	6.6 2.7 2.6 2.5 842
3/8	一	小米Q飯	蜜汁豆干 四分干/燒	田園玉米 玉米、紅蘿蔔、素絞肉/煮	香炒三色 筍絲、木耳、紅蘿蔔/炒	蜜燴番薯 九層塔、地瓜/燒	豆皮大白滷 大白菜、豆皮、木耳/煮	產銷履歷蔬菜	香菇蘿蔔湯 蘿蔔、香菇	產銷履歷蔬菜	6.5 2.4 2.6 3 840
3/9	二	香甜白飯	豆豉燒花干 豆豉、蘭花干/燒	遊龍鍋貼 素鍋貼/煎	鮮燴瓠瓜 紅蘿蔔、瓠瓜/燒	紅燒豆輪 紅蘿蔔、豆輪/燒	枸杞冬瓜肉燥 冬瓜、素絞肉、枸杞/煮	有機蔬菜	清爽雙芽湯 豆芽、海芽	有機蔬菜	6.6 2.5 2.5 2.8 838
3/10	三	義大利麵	黑醋溜豆腸 豆腸/燒	香炒干絲 芹、白干絲/拌	鴻喜菇花椰 花椰、鴻喜菇/炒	沙茶小瓜 小黃瓜、紅蘿蔔/炒	魚香素茄子 九層塔、素絞肉、茄子/燒	季節蔬菜	玉米濃湯 玉米、蛋、紅蘿蔔	季節蔬菜	6.4 2.5 2.7 3 838
3/11	四	胚芽Q飯	四角油腐 油豆腐/燒	黑椒銀芽 豆苗、紅蘿蔔、芹/炒	彩椒豆薯 彩椒、豆薯/炒	芹香海根 芹、海根/炒	花生麵筋 冬瓜、花生、麵筋/煮	有機蔬菜	菇菇筍片湯 菇、筍	有機蔬菜	6.5 2.6 2.5 3 848
3/12	五	香甜白飯	大溪黑豆干 黑豆干、芝麻/燒	金針絲瓜煲 絲瓜、金針菇/煮	酸甜黑木耳 黑木耳/拌	蜜汁麵腸 麵腸/燒	開胃結頭菜 西芹、結頭菜/拌	有機蔬菜	薑絲海帶湯 薑、海帶	有機蔬菜	6.3 2.7 2.5 3 841
3/15	一	麥片香飯	脆皮豆腐 豆腐/燒	切海帶捲 海帶捲/滷	鮮菇刺瓜 菇、刺瓜/炒	紅燒烤麩 烤麩、紅蘿蔔/燒	榨菜油片絲 榨菜、油片/炒	產銷履歷蔬菜	香甜豆薯湯 豆薯、木耳	產銷履歷蔬菜	6.5 2.4 2.7 3 838
3/16	二	香甜白飯	塔香百頁 九層塔、百頁/炒	白菜筍絲 白菜、筍/煮	蠔油芥藍 芥藍/炒	夜市滷味燙 海絲、麵筋、薑絲/燒	螞蟻上樹 冬粉、素絞肉、素絞肉/炒	有機蔬菜	結頭菜湯 結頭菜、菇	有機蔬菜	6.4 2.5 2.4 3 831
3/17	三	時蔬炒飯	日式豆腐燒 豆腐/燒	紫米糕捲 紫米糕捲/炸	榨菜素肉絲 榨菜、素肉絲/炒	梅干苦瓜 梅干、苦瓜/煮	紅醬洋芋 洋芋、紅蘿蔔/煮	季節蔬菜	薑絲冬瓜湯 薑、冬瓜	季節蔬菜	6.5 2.5 2.7 3 845
3/18	四	糙米香飯	醬燒豆包 豆包/燒	白玉雙色 紅蘿蔔、白蘿蔔/煮	木須白花 木耳、白花菜/炒	塔香海茸 九層塔、海茸/炒	客家小炒 豆干片、素肉絲、芹菜/炒	有機蔬菜	芋圓地瓜 地瓜、芋圓	有機蔬菜	6.6 2.6 2.6 2.7 844
3/19	五	香甜白飯	五香干丁 四分干/燒	鮮炒花椰菜 花椰菜、紅蘿蔔/炒	枸杞蔬菜 枸杞、高麗菜/炒	豆瓣桂筍 豆瓣、桂竹筍/炒	泰式打拋肉 燒餅、高麗菜、九層塔/煮	有機蔬菜	福菜粉絲湯 福菜、粉絲	有機蔬菜	6.4 2.7 2.3 3 843
3/22	一	紫米白飯	香滷油豆腐 油豆腐/煮	炒鮮蔬丁 豆苗、毛豆、芋頭、紅蘿蔔/炒	秀珍菇黃瓜 黃瓜、秀珍菇/煮	長豆炒紫茄 長豆、茄子/炒	麻婆百頁 百頁/炒	產銷履歷蔬菜	青木瓜湯 青木瓜	產銷履歷蔬菜	6.5 2.4 2.7 3 838
3/23	二	香甜白飯	芝蔴乾燒麵腸 白芝麻、麵腸/燒	木耳小瓜 木耳、紅蘿蔔、小黃瓜/炒	紅絲豆薯 紅蘿蔔、豆薯/炒	瓜仔碎肉末 干丁、素絞肉、碎瓜/燒	豆管炒白菜 豆管、大白菜/炒	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄、豆腐	有機蔬菜	6.4 2.5 2.5 2.8 824
3/24	三	什錦麻油米粉	五香豆干 豆干/滷	冬瓜枸杞 冬瓜、枸杞/煮	薑炒芥菜 薑、芥菜/炒	杏菇洋芋燒 杏鮑菇、洋芋/煮	黑醋溜豆腸 豆腸/炒	季節蔬菜	薑絲黃瓜湯 薑、黃瓜	季節蔬菜	6.5 2.5 2.7 3 845
3/25	四	小米蒸飯	沙茶凍豆腐 凍豆腐、沙茶/燒	玉米香酥餅 玉米香酥餅/炸	南瓜燒 南瓜/燒	五香滷味 蘿蔔、海帶絲/滷	宮保高麗 高麗、紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	酸菜筍片湯 酸菜、筍	有機蔬菜	6.6 2.6 2.5 2.7 841
3/26	五	香甜白飯	木須蘭花干 木耳、蘭花干/燒	素炒A菜 A菜/炒	金茸蒲瓜 蒲瓜、金針菇/煮	九香豆干結 九層塔、豆干絲/炒	海結麵輪 海絲、麵筋/滷	有機蔬菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜、薏仁	有機蔬菜	6.4 2.5 2.5 3 833
3/29	一	麥片飯	彩椒豆腐燒 彩椒、豆腐/燒	絲瓜粉絲 絲瓜、粉絲/燒	海帶干絲 海帶絲、干絲、紅絲/拌	肉燥萵苣 素肉燥、萵苣/炒	咖哩雙色 馬鈴薯、紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	火鍋菇菇湯 高麗菜、香菇、金針菇	產銷履歷蔬菜	6.5 2.5 2.7 2.8 836
3/30	二	香甜白飯	麻婆百頁 百頁/煮	蘿蔔麵輪 蘿蔔、紅蘿蔔、麵輪/煮	蔬菜炒豆芽 豆苗、小黃瓜、紅蘿蔔/炒	酥炸蘿蔔糕 蘿蔔糕/炸	干丁肉燥 干丁、冬瓜、素絞肉/炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 蘿蔔、素肉骨茶包	有機蔬菜	6.4 2.7 2.5 3 848
3/31	三	主廚炒飯	香菜黑干 香菜、黑豆干/滷	炸番薯片 番薯/炸	西芹杏鮑菇 西芹、杏鮑菇/炒	客家桂筍 桂竹筍、素肉絲/炒	佛跳牆 大白菜、紅蘿蔔、木耳絲/炒	季節蔬菜	紫菜豆腐湯 紫菜、豆腐	季節蔬菜	6.4 2.4 2.7 3 831

*全面使用非基改黃豆製品及玉米
*星期一提供產銷履歷蔬菜，星期二、四、五供應有機蔬菜。

裕民田食品股份有限公司
HACCP食品認證中央廚房餐盒工廠

服務專線 03-368-1899
桃園市八德區瑞源一街11號

營養師 李佳芸 賴彥樺

