



美味午餐

桃園國中

111.4月午餐菜單

★皇佳食品廠
臺灣豬標章
QR碼



全國豬標章驗證系統 QRcode 一掃即識
QR碼網址: D9000023

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	生鮮肉類	豆魚蛋肉	蔬菜類	油類	水果類	熱量
1	五	糙米飯	義式燉肉 肉丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-嫩	鮮菇蒲瓜 蒲瓜Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒	肉燥福州丸 福州丸S絞肉S-煮	有機蔬菜 蕃茄蛋花湯 蕃茄Q雞蛋Q	6.5	2.5	2.3	3		835
4	一	連續假期										
5	二											
6	三	沙茶炒麵	避風塘蒜酥豬排 豬排S-炸	大桶滷味 高麗菜Q金針菇Q豆皮貢丸S-滷	干片小炒 干片肉絲木耳Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 時瓜雞丁湯 大黃瓜Q雞丁Q	6.8	2.5	2	3.2		858
7	四	香Q白飯	豆瓣魚丁 魚丁Q豆腐-燒	枸杞豆薯肉片 肉片S豆薯Q-煮	茄汁炒蛋 洋葱Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜 黑糖地瓜湯 地瓜Q圓	6.5	2.6	2.2	3		840
8	五	燕麥飯	橙香里肌 豬排S-燒	芹炒甜不辣 芹菜Q甜不辣產銷-炒	油腐肉燥 油豆腐絞肉S-煮	有機蔬菜 芙蓉濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.7	2.5	2	3.2		851
11	一	藜麥飯	蒜蓉豬排 豬排S-滷	什錦白菜 大白菜Q香菇Q木耳Q-煮	蜜燒黑干 黑豆干-燒	有機蔬菜 佛手肉片湯 佛手瓜Q肉片S	7	2.4	2	3		855
12	二	胚芽米飯	椰香咖哩魚 魚丁Q馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	家常豆腐 豆腐紅蘿蔔Q木耳Q-煮	小瓜肉片 小黃瓜Q肉片S-炒	有機蔬菜 雙色蘿蔔湯 白蘿蔔Q紅蘿蔔Q魚丸S	6.8	2.5	2	3.3		862
13	三	香Q白飯	紅麴燒雞 雞丁S筍T-燒	鮑菇高麗 高麗菜Q鮑菇Q紅蘿蔔Q-炒	糖醋黑輪 黑輪S甜椒Q洋葱Q-煮	Q青菜 大頭菜湯 大頭菜Q排骨S	6.5	2.5	2	3.3		841
14	四	蔬食日 香菇油飯	沙茶豆干 五香豆干x2-燒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	杏香翠炒青花 青花菜S木耳Q杏仁果-炒	有機蔬菜 薑絲海芽湯 海帶芽小魚干	6.5	2.6	2	3.2		844
15	五	五穀米飯	迷迭香雞腿排 雞腿排S-滷	醬冬瓜肉末 冬瓜Q絞肉S-煮	什炒干絲 干絲韭菜Q豆芽菜Q-炒	有機蔬菜 法式濃湯 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q洋葱Q雞蛋Q	6.5	2.6	2	3		835
18	一	糙米飯	紅燒豬腩 肉丁S白蘿蔔Q-燒	玉米雞蓉 玉米粒S毛豆S雞絞肉S-煮	柴香花枝燒 花枝丸Sx2-燒	有機蔬菜 酸辣湯 豆腐木耳Q紅蘿蔔Q雞蛋Q筍T	6.9	2.5	2	3.2		865
19	二	香Q白飯	三杯雞 雞丁S豆干-煮	木須黃瓜 大黃瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜 沙茶火鍋湯 金針菇Q高麗菜Q肉絲S	6.5	2.6	2.2	3		840
20	三	香Q白飯	黑胡椒大排 排骨S-滷	海根肉絲 海帶根肉絲S-炒	泡菜年糕 大白菜Q年糕-煮	Q青菜 肉骨茶湯 豆薯Q排骨S	6.5	2.5	2.3	3.2		844
21	四	燕麥飯	五香棒腿 雞腿S-滷	白醬洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q絞肉S-煮	芹香素雞 芹菜Q素雞-煮	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.9	2.4	2	3		848
22	五	焗烤 茄汁螺旋麵	香酥魚排 魚排Q-炸	什炒敏豆 敏豆腐厚肉絲S木耳Q-炒	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉海帶芽豆管紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 香菇雞湯 香菇Q白蘿蔔Q雞丁Q	6.5	2.6	2	3		835
25	一	胚芽米飯	醬燒雞翅 雞翅S-滷	洋蔥肉片 肉片S洋蔥Q-炒	雙菇豆腐 豆腐毛豆S香菇Q金針菇Q-煮	有機蔬菜 羅宋湯 蕃茄Q高麗菜Q芹菜Q肉絲S	6.8	2.6	2	3		856
26	二	香Q白飯	塔香燒魚 魚丁Q豆薯Q-燒	鐵板銀芽 豆芽菜Q肉絲S木耳Q紅蘿蔔Q-炒	黃金炒蛋 玉米粒S雞蛋Q-炒	有機蔬菜 大瓜雞丁湯 大黃瓜Q雞丁Q	6.5	2.6	2	3.2		844
27	三	海苔肉鬆飯	可樂雞腿 雞腿S-滷	塔香海龍 海龍紅蘿蔔Q-炒	海山醬關東煮 白蘿蔔Q油豆腐-煮	有機蔬菜 什穀湯 薏仁雪蓮子排骨S	6.5	2.5	2	3.2	1	897
28	四	蔬食日 小米飯	腰果燒烤麩 烤麩毛豆Q甜椒Q腰果-燒	蛋酥燉蔬菜 大白菜Q雞蛋Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	紅麴薯丁 豆薯Q絞肉S-滷	有機蔬菜 柴香味噌湯 豆腐柴魚片	6.9	2.6	2	3		863
29	五	五穀米飯	枸杞麻香雞丁 雞丁S高麗菜Q豆管-煮	咖哩肉丸子 獅子頭S洋蔥Q-煮	薑燒冬瓜 冬瓜Q金針菇Q毛豆S-燒	有機蔬菜 麵線羹湯 麵線肉羹木耳Q紅蘿蔔Q筍T雞蛋Q	6.9	2.5	2	3		856

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供履歷米供餐。4/27(三)提供水果及有機蔬菜。 營養師 劉容均、鄭雅芸

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

(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

裕民田精緻午餐

桃園國中
111年4月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜		湯品	全 雞 雞 腿 (份)	豆 腐 雞 腿 (份)	蔬 菜 (份)	海 鮮 雞 腿 (份)	熱 量 (Kcal)
★ 4/1	五	芝麻飯	馬鈴薯燉肉 0洋芋, C肉片, 0紅蘿蔔/煮	麻辣燙 百頁, 0高麗/煮	菇菇扁蒲 0扁蒲, 0香菇/煮	有機 蔬菜 福菜筍片湯 福菜, 筍片	6 .5	2 .7	2 .0	3 .0	8 4 3
4/4	—	*兒童節&清明節放假*									
4/5	二										
★ 4/6	三	豬肉 炒烏龍麵	黑椒豬排燒 C豬排/燒	奶香杏鮑菇 0杏鮑菇, 0洋蔥, 0洋芋/煮	大溪黑豆干 黑豆干/滷	產銷 履歷 蔬菜 柴魚凍腐湯 豆腐, 柴魚, 海带	6 .8	2 .8	2 .0	2 .8	8 6 2
★ 4/7	四	白米飯	蘋果西打翅 C雞翅/燒	塔香米糕豆干 九層塔, 米血糕, 豆干/燒	韓式部隊鍋 0高麗, 泡菜, 年糕, C肉片/炒	有機 蔬菜 黑糖地瓜 0地瓜, 芋圓	6 .5	2 .6	2 .0	3 .0	8 3 5
★ 4/8	五	紫米飯	蔥爆肉絲 C肉絲, 0洋蔥, 0蔥/炒	枸杞絲瓜 0絲瓜, 枸杞, 薑/煮	砂鍋大白菜 0大白菜, 0木耳, 0紅蘿蔔, 0蔥/煮	有機 蔬菜 結頭菜豬肉湯 0結頭菜, C豬肉	6 .7	2 .5	2 .1	2 .8	8 3 5
★ 4/11	—	雜糧飯	古早味筍香焗肉 C雞肉, 筍/滷	彩繪玉米 C玉米, C毛豆, 0紅蘿蔔/煮	四季拌雞塊 四季豆, 雞塊/炒	產銷 履歷 蔬菜 枕瓜薏仁湯 0枕瓜, 大薏仁, C雞肉	6 .6	3 .0	2 .0	3 .0	8 7 2
★ 4/12	二	白米飯	鹽燒腿排 C雞腿排/燒	碎肉燙茼蒿 絞肉, 茼蒿/燙	夜市滷味 百頁, 素雞, 0蔥/滷	有機 蔬菜 肉骨茶湯 蘿蔔, C肉片, 肉骨茶包	6 .8	2 .5	2 .2	2 .8	8 4 5
★ 4/13	三	紅蔥滷肉 飯	蒜香里肌排 C里肌排/燒	紅絲炒蛋 0蛋, 0紅蘿蔔, 0洋蔥/炒	枸杞燴時蔬 枸杞, 0甘藍/炒	季節 蔬菜 昆布肉片湯 昆布, 0豆芽, C肉片	6 .6	2 .8	2 .0	3 .0	8 5 7
★ 4/14	四	糙米飯 (蔬食日)	腰果豆腐燒 腰果, 豆腐/燒	鐵板絞肉菇 0洋蔥, 0杏鮑菇, C絞肉	芹香三絲 0芹菜, 0白干絲, 0紅絲/炒	有機 蔬菜 香濃玉米湯 C玉米, 起司, 0蛋, 紅蘿蔔	6 .7	2 .5	2 .2	2 .8	8 3 8
★ 4/15	五	地瓜絲飯	酥香魚塊 0鯧魚丁/炸	青翠炒花椰 C花椰菜/炒	港式蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	有機 蔬菜 鮮筍菇菇湯 筍片, 0香菇, C雞肉	6 .6	2 .5	2 .2	2 .8	8 3 1
★ 4/18	—	白米飯	三杯九香雞 C雞丁, 0九層塔, 米血/燒	麻婆豆腐 C絞肉, 豆腐, 0蔥/炒	芋香白菜滷 0大白菜, 0芋頭, 0蛋/煮	產銷 履歷 蔬菜 菜頭肉片湯 0蘿蔔, C肉片	6 .8	2 .5	2 .0	3 .0	8 4 9
★ 4/19	二	薏仁飯	京都燒豬排 C豬排/燒	醬燒海結 麵筋, 海結/燒	客家小炒 豆干, C肉絲, 0芹/炒	有機 蔬菜 日式味噌湯 豆腐, 小魚乾, 海芽	6 .5	2 .6	2 .2	2 .8	8 3 1
★ 4/20	三	焗烤 羅勒麵	蜂蜜醬燒雞腿 C雞腿/滷	四角油腐 油豆腐/燒	油燻桂竹筍 桂竹筍/煮	季節 蔬菜 紫菜蛋花湯 紫菜, 0蛋	6 .7	2 .5	2 .0	2 .8	8 3 3
★ 4/21	四	白米飯	紅燒魚丁 0鯧魚丁, 0蘿蔔/燒	甘甜高麗菜 0高麗菜, 0紅蘿蔔/炒	地瓜脆薯 C地瓜條/炸	有機 蔬菜 綠豆湯 綠豆	6 .6	2 .8	2 .1	3 .0	8 6 0
★ 4/22	五	胚芽米飯	鹽燒小腿雞*2 C翅小腿/燒	泰式打拋豬 0番茄, C絞肉, 干丁, 0九層塔/燒	銀芽炒肉絲 0豆芽, C肉絲, 0紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜 迪化紅麵線湯 筍絲, 0木耳, 0紅絲, 紅麵線	6 .5	3 .0	2 .0	2 .8	8 5 6
★ 4/25	—	白米飯	卡滋魚排 T虱目魚排/炸	塔香鮑菇干片 豆干, 0杏鮑菇, 0九層塔/燒	螞蟻上樹 冬粉, 0高麗菜, C絞肉/炒	產銷 履歷 蔬菜 金針肉絲湯 金針菇, 豆腐, 豬肉	6 .8	2 .6	2 .1	3 .0	8 5 9
★ 4/26	二	麥片香飯	沙茶燒肉 C肉柳, 0蔥, 0洋蔥/燒	枸杞冬瓜肉末 0冬瓜, C絞肉, 枸杞/燒	彩繪花椰 0花椰, 0紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜 香菇雞湯 0香菇, C雞丁, 0蘿蔔	6 .5	2 .6	2 .2	2 .8	8 3 1
★ 4/27	三	沙茶拌麵	日式照燒腿排 C雞腿排/燒	茼蒿絞肉 0茼蒿, C絞肉/燙	多汁鮮肉包60G C鮮肉包/蒸	公糧 回饋 有機 蔬菜 鮮三絲羹湯 0紅蘿蔔, 筍絲, 0木耳, C肉羹	6 .7	2 .7	2 .0	3 .0	8 5 7
★ 4/28	四	海苔香鬆飯 (蔬食日)	絞肉茄汁豆包 C絞肉, 豆包/炒	蜜芝燒麵腸 芝麻, 0芹, 麵腸/燒	珍珠燴蛋 0紅蘿蔔, C玉米, 0蛋/炒	有機 蔬菜 木須扁蒲湯 0木耳, 0扁蒲	6 .5	2 .5	2 .2	2 .8	8 2 4
★ 4/29	五	蕎麥飯	香菇炒雞丁 0香菇, C雞丁, 0豆薯/炒	五味燒豆腐 豆腐, 0蔥花/燒	鮮菇胡瓜 0紅蘿蔔, 0胡瓜, 0秀珍菇/煮	有機 蔬菜 風味海結湯 海結, 0豆芽	6 .7	2 .5	2 .2	2 .8	8 3 8

★ 標示為三章—0申請日 / 營養師 賴彥樺

*全面使用非基改黃豆製品及玉米

*週一供應產銷履歷蔬菜

*週二四五供應有機蔬菜

*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。



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





美味午餐

桃園國中 111.4月素食菜單

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	水果類	熱量
		糙米飯	韓式豆腐 豆腐素絞肉-煮	鮮菇蒲瓜 蒲瓜Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒	紅燒洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-燒	腐竹油菜 油菜腐竹-炒	糖醋蓮藕片 蓮藕Q甜椒Q-燒	有機蔬菜 蕃茄什錦湯 蕃茄Q木耳Q金針菇Q-燉	6.8	2.4	2.3	3		849
1	五													
4														
5	二													
連續假期														
		香Q白飯	豆仁烤麩 烤麩毛豆S-煮	牛蒡排 牛蒡排-燒	腰果炒高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q腰果-炒	芹炒山藥 山藥Q紫山藥Q芹菜Q-煮	干片小炒 干片素肉絲木耳Q紅蘿蔔Q-炒	產銷履歷 時瓜湯 大黃瓜Q	6.6	2.5	2.4	3.2		868
6	三													
		香Q白飯	五香豆干X2 五香豆干-燒	蕃茄豆腐 蕃茄Q豆腐-煮	芝麻海帶根 海帶根Q紅蘿蔔Q芝麻-炒	枸杞麻香薯片 豆薯Q-煮	鮑菇炒芥菜 芥菜Q鮑菇Q-炒	有機蔬菜 黑糖地瓜湯 地瓜Q圓	6.6	2.4	2.2	3		832
7	四													
		燕麥飯	家常油腐 油豆腐紅蘿蔔Q木耳Q-煮	鮮炒萵苣 大陸妹Q紅蘿蔔Q-炒	茄燒麵腸 茄子Q麵腸-燒	瓜仔素肉燥 素絞肉脆瓜T-煮	椒鹽地瓜 地瓜Q-炸	有機蔬菜 芙蓉濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔Q	6.7	2.3	2.4	3.2		846
8	五													
		藜麥飯	芝麻蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	豉汁苦瓜 苦瓜Q-煮	青椒素肉絲 青椒Q素肉絲-炒	鮮菇白菜 大白菜Q香菇Q木耳Q-煮	塔香素肚 素肚-炒	產銷履歷 薑絲佛手湯 佛手瓜Q薑絲	6.5	2.4	2.3	3		828
11	一													
		胚芽米飯	素魚香豆腐 豆腐素絞肉-煮	咖哩洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	干片時豆 長豆Q干片-炒	滷麵輪 麵輪紅蘿蔔Q-油	木須小瓜 小黃瓜Q木耳Q-炒	有機蔬菜 雙色蘿蔔湯 白蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.8	2.4	2.2	3.3		860
12	二													
		香菇油飯	醬燒豆包丁 豆包紅蘿蔔Q芹菜Q木耳Q薑-煮	絲瓜腐竹 絲瓜Q腐竹-煮	紅仁高麗 高麗菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	素烤鮭魚 烤鮭魚-燒	炒鮮筍 筍Q木耳Q-炒	Q青菜 大頭菜湯 大頭菜Q杏鮑菇Q	6.6	2.6	2.5	3.3		854
13	三													
		香Q白飯	沙茶素雞片 素雞片-炒	蔬菜排 蔬菜排-煮	枸杞什菇 杏鮑菇Q香菇Q金針菇-煮	薑味南瓜 南瓜Q薑-燒	什炒青花 青花菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 海芽湯 海帶芽素肉絲	6.8	2.3	2.4	3.2		853
14	四													
		五穀米飯	糖醋豆腸 豆腐甜椒Q-燒	麻香菠菜 菠菜Q-炒	香椿素肉醬 干丁素絞肉Q-煮	金茸冬瓜 冬瓜Q金針菇Q毛豆S-煮	干絲銀芽 豆芽菜Q干絲紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 洋芋濃湯 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q	6.5	2.4	2.5	3		833
15	五													
		糙米飯	銀蘿蘭花干 蘭花干白蘿蔔Q紅蘿蔔Q-燒	腐皮雪菜 腐皮絲油菜Q-炒	香煎素火腿 素火腿片-煎	腰果玉米 玉米粒S毛豆Q腰果-煮	紅燒紫茄 茄子Q-燒	產銷履歷 酸辣湯 豆腐木耳Q紅蘿蔔Q筍T	6.7	2.5	2.4	3.2		861
18	一													
		香Q白飯	三杯豆干 豆干九層塔-煮	香椿素肉燥 素絞肉香菇Q-油	鮮炒黃瓜 大黃瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	芋頭煲仔 芋頭Q紅蘿蔔Q-煮	蕃茄豆腐 蕃茄Q豆腐-炒	有機蔬菜 沙茶火鍋湯 金針菇Q高麗菜Q素肉絲	6.8	2.6	2.2	3		861
19	二													
		什錦炒麵	燒嫩油腐 嫩油腐紅蘿蔔Q木耳Q薑-燒	泡菜寬粉 大白菜Q寬冬粉-煮	沙茶芥藍菜 芥藍菜Q-炒	椒鹽藕片 蓮藕Q-炸	木須三絲 木耳Q素肉絲紅蘿蔔Q-炒	Q青菜 肉骨茶湯 豆薯Q素香菇頭	6.7	2.5	2.3	3.2		858
20	三													
		燕麥飯	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	翠綠鮮蔬 大陸妹Q秀珍菇Q-炒	茼蒿雙炒 茼蒿甜椒Q-炒	白醬洋芋 馬鈴薯Q通心粉Q紅蘿蔔Q-煮	芹香素雞 芹菜Q素雞-煮	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.8	2.4	2.4	3		851
21	四													
		地瓜飯	紅燒百頁 百頁豆腐木耳Q紅蘿蔔Q-燒	芹香干片 干片芹菜Q木耳Q-炒	炸醬素肉燥 素絞肉毛豆Q紅蘿蔔Q碎干丁-煮	薑炒地瓜葉 地瓜葉Q-炒	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉海帶芽豆管紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 香菇蘿蔔湯 香菇Q白蘿蔔Q	6.5	2.6	2.3	3		843
22	五													
		胚芽米飯	塔香麵腸 麵腸九層塔-煮	小瓜玉筍 小黃瓜Q玉米筍Q-炒	芝麻芋薯 芋頭Q地瓜Q芝麻-燒	炒牛蒡 牛蒡Q紅蘿蔔Q-炒	雙菇豆腐 豆腐毛豆Q香菇Q金針菇Q-煮	產銷履歷 羅宋湯 蕃茄Q高麗菜Q芹菜Q	6.8	2.6	2.2	3		861
25	一													
		香Q白飯	香滷豆干 黑豆干-滷	田園什錦 玉米粒S毛豆S紅蘿蔔Q-炒	鐵板豆芽 豆芽菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	素雞塊 素雞塊X2-炸	枸杞絲瓜 絲瓜寬冬粉-煮	有機蔬菜 大瓜鮮菇湯 大黃瓜Q金針菇Q	6.5	2.6	2.3	3.2		852
26	二													
		炒飯	海山醬關東煮 白蘿蔔Q油豆腐-煮	彩繪蔬絲 芹菜Q木耳Q豆管腰果-炒	醬燒烤麩 烤麩紅蘿蔔Q-燒	塔香海龍 海龍紅蘿蔔Q-炒	麻香炒菇 金針菇Q秀珍菇Q香菇Q-煮	有機蔬菜 什穀湯 薏仁雪蓮子素排骨	6.5	2.5	2.3	3.2	1	904
27	三													
		小米飯	茄汁豆包 豆包甜椒Q-燒	薑炒時蔬 空心菜Q薑-炒	什錦白菜 大白菜Q木耳Q紅蘿蔔Q鮮菇Q-煮	福菜苦瓜 苦瓜Q-滷	紅麴素肉燥 豆薯Q素絞肉-油	有機蔬菜 味噌豆腐湯 豆腐	6.9	2.6	2.4	3		873
28	四													
		五穀米飯	麻香凍豆腐 凍豆腐高麗菜Q豆管-煮	紅仁白花菜 白花菜Q紅蘿蔔Q-煮	黑白雙結 白干結海帶結-油	咖哩素肉丸 素獅子頭-煮	豆仁冬瓜 冬瓜Q金針菇Q毛豆Q薑-燒	有機蔬菜 蔬菜麵線羹湯 麵線香菇Q木耳Q紅蘿蔔Q筍T	6.9	2.5	2.3	3		863
29	五													

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供履歷米供餐，4/27(三)提供水果及有機蔬菜。

營養師 劉容均、鄭雅芸

(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

裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中111年4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	全穀類 (份)	豆魚肉蛋類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂類 (份)	熱量 (KCAL)
4/1	五	胚芽香飯	醬燒豆包 豆包/燒	紅片瓢瓜 紅蘿蔔Q、瓢瓜Q/煮	酸心素肚 酸菜心、素肚/炒	麻醬小瓜干丁 芝麻醬、干丁、小黃瓜Q/燒	薑絲包心菜 包心白菜Q/炒	有機蔬菜	三絲湯 筍絲、木耳Q、紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2.7	3	845
4/2(六)-4/5(二)清明連假四天														
4/6	三	蔬菜炒麵	紅燒蘭花干 蘭花干/燒	酸甜黑木耳 黑木耳Q/燒	彩繪豆芽 紅蘿蔔Q、豆芽Q/炒	香甜玉米餅 玉米餅S/炸	香菜滷肉塊 香菜、素肉塊、白蘿蔔Q/油	產銷履歷蔬菜	黃瓜湯 大黃瓜Q	6.6	2.4	2.5	3	840
4/7	四	白米飯	大嫩豆腐燒 大嫩豆腐/燒	香菇扁蒲 扁蒲Q、香菇Q/煮	小瓜油片絲 小黃瓜Q、油片絲/炒	三杯杏鮑菇 西芹Q、杏鮑菇Q/爆	醋溜豆腸 豆腸/燒	有機蔬菜	黑糖地瓜 地瓜Q、芋圓	6.5	2.6	2.7	3	853
4/8	五	糙米飯	香菜黑豆干 香菜、黑豆干/燒	佛跳牆 大白菜Q、芋頭Q/炒	鮮菇花椰菜 花椰菜S、鮑魚菇Q/炒	蜜燒地瓜 地瓜Q/燒	九層塔海茸 九層塔、海茸/燒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米S、紅蘿蔔Q	6.6	2.5	2.5	2.6	829
4/11	一	燕麥Q飯	酥炸小豆腐 豆腐/炸	香菇燒冬瓜 香菇Q、冬瓜Q/燒	蠔油芥藍 芥藍Q/炒	綜合玉米丁 毛豆S、玉米S、小黃瓜Q/煮	塔香黑干 大黑豆干/炒	產銷履歷蔬菜	紅片豆薯湯 豆薯Q、紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2.7	3	845
4/12	二	白米飯	蜜汁豆干 豆干/油	炒地瓜葉 地瓜葉Q/炒	枸杞南瓜燒 枸杞、南瓜Q/燒	木須炒筍 筍、木耳Q/炒	五香豆輪 豆輪/燒	有機蔬菜	當歸蘿蔔湯 蘿蔔Q	6.5	2.7	2.7	2.8	851
4/13	三	素香炒飯	沙茶百頁 百頁/油	鮮炒A菜 A菜Q/炒	梅干燒苦瓜 梅干菜、苦瓜Q/燒	紫米糕捲 紫米糕捲/燒	三杯炒茄 素絞肉、茄子Q/炒	季節蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐	6.5	2.4	2.7	2.8	829
4/14	四	地瓜絲飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	絲瓜金茸 絲瓜Q、金針菇Q/炒	花生麵筋 花生、麵筋/煮	豆皮高麗菜 高麗菜Q、豆皮/炒	醬爆三絲 干絲、小黃瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	有機蔬菜	關東風味湯 大頭菜Q、玉米圓Q	6.5	2.7	2.5	3	855
4/15	五	白米飯	木耳燒花干 木耳Q、蘭花干/燒	香炒花椰菜 花椰菜S/炒	菇燴佛手瓜 佛手瓜Q、杏鮑菇Q/燴	芝香海根 芝麻、海根/炒	枸杞冬瓜燒 枸杞、冬瓜Q/燒	有機蔬菜	金針粉絲湯 金針菇Q、粉絲	6.4	2.6	2.5	3	841
4/18	一	蕎麥米飯	脆皮豆腐 豆腐/燒	醬爆秀珍菇 西芹Q、秀珍菇Q/炒	蔬菜鍋貼 蔬菜鍋貼/煎	塔香茄子 九層塔、茄子Q/燒	鮮炒大白菜 大白菜Q/炒	產銷履歷蔬菜	番茄羅宋湯 番茄Q、高麗菜Q	6.5	2.4	2.7	3	838
4/19	二	白米飯	香菇燴豆包 鮮香菇Q、豆包/煮	麻油絲瓜 麻油、絲瓜Q/炒	芹香銀芽 芹Q、豆芽Q/炒	彩椒白花 彩椒Q、白花菜S/炒	紅燒海結 海結/油	有機蔬菜	結頭菜湯 結頭菜Q	6.4	2.5	2.4	3	831
4/20	三	義大利麵	牛蒡絲排 牛蒡絲排/燒	酥炸蘿蔔糕 蘿蔔糕/炸	金茸高麗菜 高麗菜Q、金針菇Q/炒	客家桂筍 豆腐、桂竹筍/炒	番茄肉醬 番茄Q、素絞肉、紅蘿蔔Q、豆薯Q/煮	季節蔬菜	蒲瓜枸杞湯 蒲瓜Q、枸杞	6.6	2.4	2.7	3	845
4/21	四	蕙仁飯	素蠔油烤麩 烤麩Q/炒	炒湯匙菜 青江菜Q/炒	日式咖哩薯塊 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	香滷麵筋 蘿蔔Q、麵筋/煮	彩椒小黃瓜 彩椒Q、小黃瓜Q/炒	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	6.5	2.4	2.6	2.8	826
4/22	五	白米飯	芝麻黑豆干 芝麻、黑豆干/燒	客家小炒 干片、芹菜Q/炒	紅燒燕菁 燕菁Q、紅蘿蔔Q、木耳Q/煮	鮮炒油菜 油菜Q/炒	牛蒡炒雜菜 牛蒡Q、高麗菜Q/炒	有機蔬菜	香甜番麥湯 玉米Q、紅蘿蔔Q	6.4	2.4	2.3	3	821
4/25	一	白米飯	蔬菜四角油腐 木耳Q、紅蘿蔔Q、油豆腐/煮	毛豆燒洋芋 洋芋Q、毛豆S/燒	鮮菇扁蒲 香菇Q、扁蒲Q/炒	芝麻麵燒腸 芝麻、麵筋/燒	榨菜炒豆絲 榨菜、豆干/炒	產銷履歷蔬菜	金針花湯 金針花、蘿蔔Q	6.6	2.7	2.4	2.9	855
4/26	二	麥片Q飯	宮保百頁 百頁/炒	薑炒空心菜 薑、空心菜Q/炒	鐵板豆芽 小黃瓜Q、豆芽Q/炒	彩椒木耳 彩椒Q、木耳Q/炒	瓜仔冬瓜 瓜仔、冬瓜Q/燒	有機蔬菜	味噌風味湯 豆腐、味噌、裙帶菜	6.5	2.6	2.5	2.8	839
4/27	三	高麗菜炊飯	豆豉燒花干 豆豉、蘭花干/燒	和風關東煮 白蘿蔔Q、玉米圓Q/煮	三杯芹香炒菇 芹Q、美白菇Q/炒	香酥番薯片 番薯Q/炸	螞蟻上樹 高麗菜Q、冬粉、素絞肉/炒	公糧回饋有機蔬菜	薑絲黃瓜湯 薑、大黃瓜Q	6.4	2.6	2.6	3	843
4/28	四	小米飯	大桶滷味 四分干/油	雪蓮子繪玉米 雪蓮子、玉米S、紅蘿蔔Q/炒	蘿蔔薯塊 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	筍香麵輪 筍、麵輪/油	麻婆豆腐燒 豆腐/燒	有機蔬菜	日式火鍋湯 高麗菜Q、香菇Q、金針菇Q	6.5	2.7	2.5	2.8	846
4/29	五	白米飯	沙茶凍豆腐 凍豆腐/燒	芋香白菜滷 大白菜Q、芋頭Q、木耳Q/煮	脆炒豆薯 芹Q、豆薯Q/炒	塔香鮑菇干片 杏鮑菇Q、九層塔、干片/炒	爆香海茸 薑、海茸/燒	有機蔬菜	菜心湯 香菜、菜心	6.3	2.7	2.6	2.8	835

*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。

營養師 林芊慧 賴彥樺



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

