



美味午餐

桃園國中 111.5月午餐菜單

★皇佳食品廠
台灣豬標章QR碼



日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	全穀類	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	水果類	熱量
2	一	糙米飯	普羅旺斯燉肉 肉丁S南瓜Q洋蔥Q-燉	干片小炒 干片肉絲S-炒	香酥魷魚排 魷魚排S-炸	玉米濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.7	2.5	2	3.2		851
3	二	藜麥飯	塔香燒雞 雞丁S豆薯Q-燒	鮮菇黃瓜 黃瓜Q香菇Q紅蘿蔔Q-煮	古早味滷蛋 雞蛋S絞肉S-滷	小魚豆腐湯 豆腐小魚干	6.5	2.4	2	3		820
4	三	肉絲炒飯	糖醋豬排 豬排S-燒	什炒敏豆 敏豆臘臘 甜不辣臘臘-炒	海結麵輪 海帶結麵輪-滷	枸杞山藥排骨湯 山藥Q排骨S	6.7	2.4	2.2	3.2		848
5	四	香Q白飯	香滷雞腿 雞腿S-燒	醬燉洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	時蔬彩絲 芹菜Q干絲紅蘿蔔Q木耳Q-炒	紅豆薏仁湯 紅豆Q薏仁	6.8	2.5	2	3		849
6	五	燕麥飯	虱目魚排 虱目魚排Q-炸	茄汁炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q毛豆Q-炒	螞蟻上樹 冬粉絞肉S高麗菜Q-炒	白玉雞丁湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q雞丁Q	6.7	2.6	2	3.3		863
9	一	地瓜飯	黑胡椒排骨 排骨S-滷	家常油豆腐 油豆腐木耳Q-煮	玉米肉末 玉米粒S絞肉S紅蘿蔔Q毛豆Q-炒	田園南瓜湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2	3		828
10	二	胚芽米飯	安東燉雞 雞丁S馬鈴薯Q小黃瓜Q紅蘿蔔Q-燉	蔥爆豬柳 豬柳S洋蔥Q-煮	金菇扁蒲 扁蒲Q金針菇Q紅蘿蔔Q-煮	沙茶時蔬湯 高麗菜Q香菇Q肉絲S	6.7	2.4	2	3		834
11	三	包中 祈福餐	什錦炒麵+蒜味棒棒腿+粽子+包子+蘿蔔糕+青菜+好彩頭湯 雞腿S-滷 粽子-蒸 豆沙包S-蒸 蘿蔔糕-炸 青菜Q-炒 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉片S									834
12	四	蔬食日 千島香鬆飯	腰果燒豆干 豆干甜椒Q腰果-燒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	芝麻海帶根 海帶根薑-炒	柴香味噌湯 豆腐柴魚片	6.5	2.5	2.2	3		833
13	五	什穀米飯	砂鍋魚丁 魚丁Q高麗菜Q-煮	打拋肉 蕃茄Q洋蔥Q絞肉S-煮	金黃白花菜 白花菜S-煮	肉骨茶湯 豆腐排骨S	6.5	2.5	2	3.2		837
16	一	糙米飯	蒜蓉雞腿 雞腿S-滷	干丁肉燥 干丁絞肉S-煮	鮮菇高麗 高麗菜Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒	玉米蛋花湯 玉米粒S雞蛋Q	6.5	2.4	2	3		820
17	二	香Q白飯	味噌薑燒魚 魚丁Q洋蔥Q-燒	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	鮮肉鍋貼 鍋貼Sx2-炸	刺瓜湯 黃瓜Q雞丁Q	6.7	2.5	2	3.2		851
18	三	台式炒飯	豆乳雞 雞丁Q-炸	泡菜年糕 大白菜Q年糕-煮	竹筍肉絲 筍Q肉絲S-炒	什穀排骨湯 薏仁雪蓮子排骨S	6.5	2.4	2	3		820
19	四	胚芽米飯	BBQ豬排 豬排S-煮	枸杞芙蓉絲瓜 絲瓜Q雞蛋Q寬冬粉-煮	紅麴肉燥 豆薯Q絞肉S-滷	綠豆粉圓湯 綠豆珍珠粉圓	6.8	2.5	2	3		849
20	五	小米飯	南洋燉雞 雞丁S馬鈴薯Q-煮	蒜滷什錦 豆干素什-滷	時豆肉絲 敏豆臘臘 肉絲S-炒	肉羹湯 雞蛋S紅蘿蔔Q木耳Q肉羹S雞蛋Q	6.7	2.6	2	3		849
23	一	燕麥飯	豆瓣燒魚 魚丁Q豆腐-燒	玉米雞蓉 玉米粒S雞絞肉Q紅蘿蔔Q-煮	黃瓜魚丸 黃瓜Q魚丸S紅蘿蔔Q-炒	和風海芽湯 海帶芽小魚干	6.7	2.5	2	3		842
24	二	香Q白飯	五香滷雞腿 雞腿S-滷	蛋酥白菜 大白菜Q香菇Q雞蛋Q-煮	筍香肉末 筍丁絞肉S-煮	麻香什菇湯 杏鮑菇Q金針菇Q豆薯Q肉片S	6.5	2.5	2.2	3		833
25	三	香Q白飯	醬燒里肌排 豬排S-燒	白醬洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q培根S-煮	菇菇鮮蔬 大陸菇Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒	結頭菜湯 結頭菜Q雞丁Q	6.8	2.4	2	3	1	901
26	四	蔬食日 黑胡椒鐵板麵	杏果時蔬百頁 百頁豆腐高麗菜豆管杏仁果-煮	翠炒青花菜 青花菜S木耳Q紅蘿蔔Q-炒	芹香干片 干片芹菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2	3.2		837
27	五	五穀米飯	蒜酥豬排 豬排S-炸	魚香炒蛋 絞肉S洋蔥Q雞蛋Q-炒	塔香海龍 海龍-炒	酸辣湯 豆腐木耳Q紅蘿蔔Q筍丁Q	6.5	2.5	2	3.3		841
30	一	胚芽米飯	越式檸檬雞 雞丁S洋蔥Q甜椒Q-煮	紅燒豆腐 豆腐絞肉S紅蘿蔔Q-燒	甘梅地瓜 地瓜Q-炸	羅宋湯 高麗菜Q蕃茄Q芹菜Q肉絲S	6.8	2.5	2	3		849
31	二	香Q白飯	家鄉滷肉 肉丁S筍丁-滷	海芽炒蛋 海帶芽雞蛋Q玉米粒S紅蘿蔔Q-炒	韭香銀芽 豆芽菜Q韭菜Q木耳Q-炒	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q雞丁Q	6.7	2.5	2	3.1		846

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供履歷米供餐，5/25(三)提供水果及有機蔬菜。 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1Q豆奶日：5/13(五)。

(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



ENJOY LUNCH TIME

111年5月菜單 桃園國中

日期	星期	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬食	油脂	熱量
5/1	一	白飯 蔥燒魚丁 燒：洋蔥Q.魚丁S.青蔥	鐵板嫩豆腐 燒：板豆腐.紅蘿蔔Q	竹筍三絲 炒：竹筍Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	履歷蔬菜 玉米Q.馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q		6.5	2.8	2.5	2.8	854
5/2	二	地瓜飯 紅燒豚肉 燒：豆薯Q.紅蘿蔔Q.豬肉丁S	螞蟻上樹 炒：粉絲.高麗菜Q.絞肉S	蒜香花椰 炒：花椰菜S.蒜頭	有機蔬菜 酸菜雞湯 酸菜.雞丁S		6.6	2.8	2.7	2.5	854
5/3	三	紅蔥肉燥飯 蜜汁翅小腿X2 燒：翅小腿S	椒鹽地瓜條 炸：地瓜條Q.胡椒鹽	醃豆炒肉絲 炒：醃豆Q.豬肉絲S	季節蔬菜 黃瓜肉片湯 黃瓜Q.豬肉片S		6.6	2.8	2.3	2.9	860
5/4	四	白飯 壽喜燒肉片 炒：豬肉片S.洋蔥Q	菜脯炒蛋 炒：碎脯.蛋Q.青蔥	開陽白菜 燒：蝦米.白菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	有機蔬菜 紅豆包心圓 紅豆.包心粉圓		6.6	2.7	2.4	2.7	846
5/5	五	蕎麥飯 卡啦炸雞排 炸：雞排S	麻婆豆腐 燒：豆腐.絞肉S	福州丸子燒 燒：福州丸S	有機蔬菜 紅麵線湯 麵線.竹筍Q.豬肉絲S		6.6	2.8	2.2	2.9	858
5/9	一	紅藜飯 照燒豬排 燒：豬排S	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜.紅蘿蔔Q.木耳Q	起司玉米炒蛋 炒：蛋Q.玉米S.起司	履歷蔬菜 小魚豆腐湯 柴魚片.小魚干.豆腐		6.5	2.8	2.4	2.7	847
5/10	二	白飯 椒鹽魚丁 炸：魚丁S.胡椒鹽	干丁肉燥 燒：豆干丁.絞肉S.青蔥	韭香銀芽 炒：豆芽菜Q.紅蘿蔔Q.韭菜Q	有機蔬菜 巧達濃湯 馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.香菇Q.玉米Q		6.6	2.8	2.3	2.5	856
5/11	三	什錦炒麵 包粽餐 第一棒棒腿 滷：雞腿S	狀元粽子+豆沙包 蒸：粽子.65G豆沙包S	及第蘿蔔糕 炸：蘿蔔糕	季節蔬菜 好彩頭蘿蔔湯 紅白蘿蔔Q.豬肉絲S		6.8	2.1	1.2	5.9	854
5/12	四	糙米飯 蔬食日 泰式打拋肉醬 燒：洋蔥Q.番茄Q.絞肉S	腰果椒鹽百頁 炒：百頁.杏鮑菇Q.腰果	蒜香敏豆 炒：敏豆T.蒜頭	有機蔬菜 海芽蛋花湯 海帶芽.蛋Q		6.5	2.8	2.4	2.8	851
5/13	五	白飯 咖哩雞 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.雞丁S	脆炒高麗 炒：高麗菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	鮮筍肉絲 炒：竹筍Q.肉絲S	有機蔬菜 薏米肉片湯 冬瓜Q.小薏仁.肉片S	豆奶	6.6	2.8	2.3	2.7	851
5/16	一	麥片飯 豬腳燉肉 燒：豆薯Q.豬肉丁S.豬腳丁S	客家小炒 炒：豆干片.紅蘿蔔Q.豬肉絲S	結頭菜燒肉片 燒：結頭菜Q.紅蘿蔔Q.肉片S	履歷蔬菜 番茄蛋花湯 番茄Q.蛋Q		6.5	2.8	2.4	2.7	847
5/17	二	白飯 三杯雞 燒：雞丁S.九層塔	絲瓜粉絲 燒：絲瓜Q.金耳菇Q.粉絲	雞塊X3 炸：雞塊S	有機蔬菜 大滷湯 竹筍Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.肉片S		6.5	2.8	2.4	2.9	856
5/18	三	香蔥肉末炒飯 黑胡椒豬排 燒：豬排S	甜醬關東煮 燒：紅白蘿蔔Q.玉米Q.油豆腐	甜蔥炒蛋 炒：洋蔥Q.蛋Q.青蔥	季節蔬菜 刺瓜肉片湯 大瓜Q.肉片S		6.6	2.7	2.5	2.7	849
5/19	四	薏仁飯 酥炸魚排 炸：魚排S	白醬洋芋 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.洋蔥Q	回鍋肉片 炒：高麗菜Q.豬肉片S	有機蔬菜 綠豆QQ 綠豆.QQ圓		6.7	2.8	2.2	2.9	860
5/20	五	滿分海苔飯 親子雞肉柳 燒：洋蔥Q.紅蘿蔔Q.雞肉柳丁	紅燒獅子頭 燒：獅子頭S	醬燒海茸 炒：海茸.豬肉絲S.金耳菇Q	有機蔬菜 味噌豆腐湯 味噌.豆腐		6.6	2.9	2.3	2.5	854
5/23	一	白飯 泡菜燒魚 燒：泡菜.魚丁S	黑豆干燒肉 滷：豬肉丁S.黑豆干	黃芽鴻喜菇 炒：黃豆芽Q.鴻喜菇Q	履歷蔬菜 昆布雞丁湯 海帶結.雞丁S		6.5	2.8	2.4	2.7	847
5/24	二	十穀飯 五味醬燒肉片 燒：洋蔥Q.豬肉片S	紅絲炒蛋 炒：紅蘿蔔Q.蛋Q	木須筍片 炒：竹筍Q.木耳Q	有機蔬菜 當歸燉湯 當歸.枸杞.豆薯Q.豬肉片		6.6	2.8	2.2	2.7	840
5/25	三	肉醬義大利麵 義式香料炸雞 炸：雞排S.義式香料	西芹甜不辣 燒：甜不辣T.西芹Q	彩椒花椰 炒：彩椒Q.花椰菜S	公糧回饋有機蔬菜 南瓜濃湯 南瓜Q.玉米Q.紅蘿蔔	水果	6.7	2.8	2.3	2.9	867
5/26	四	紫米飯 蔬食日 瓜仔肉燥 燒：碎瓜.白蘿蔔Q.絞肉S	五香嫩豆腐 燒：豆腐.紅蘿蔔Q	腰果鮮菇敏豆 炒：敏豆T.香菇Q.腰果	有機蔬菜 金針湯 乾金針.金耳菇Q		6.5	2.8	2.4	2.8	851
5/27	五	白飯 花雕杏菇雞 燒：杏鮑菇Q.雞丁S	脆皮花枝丸 炸：花枝丸S	芋香白菜滷 燒：芋頭Q.白菜Q	有機蔬菜 沙茶蘿蔔湯 蘿蔔Q.豬肉絲S		6.5	2.8	2.4	2.9	856
5/30	一	小米飯 糖醋排骨 炸.燒：洋蔥Q.排骨S.豬肉丁S	海帶干絲 炒：海帶絲.白干絲.豬肉絲S	蝦香蒲瓜 燒：蒲瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.蝦米	履歷蔬菜 風城米粉湯 米粉.芹菜Q.紅蘿蔔Q.肉絲S		6.6	2.8	2.3	2.7	851
5/31	二	白飯 醬烤雞翅 烤：雞翅S	冬瓜肉燥 燒：冬瓜Q.絞肉S	蛋酥高麗 炒：高麗菜Q.蛋Q	有機蔬菜 鮮筍肉片湯 竹筍Q.豬肉片S		6.5	2.8	2.4	2.8	851

食材一律使用國產豬肉及非基改食材

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code

營養師：暨湘云、葉亭好、沈凱瑄、張韻瑩 5/25(三)公糧回饋有機蔬菜及提供水果

HACCP食品認證中央廚房餐盒工廠

桃園市八德區成和路47號 (03)375-3939

GOOD!

裕民田精緻午餐

桃園國中
111年5月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全糖糖類(份)	烹調油類(份)	蔬菜類(份)	肉類(份)	蛋類(份)	魚類(份)	熱量(kcal)
★ 5/2	一	白米飯	南洋咖哩豬 Q洋芋, C豬肉, Q胡蘿蔔/煮	海帶拌干絲 海帶絲, 白干絲, Q紅絲/拌	基隆黑輪塊 C黑輪, Q西芹/炒	產銷履歷蔬菜	魚乾豆腐湯 小魚乾, 豆腐	6 .6	3 0	2 0	3 0	8 7	2	
★ 5/3	二	薏仁米飯	酥香魚排 T虱目魚/炸	香蒜奶香玉米粒 C玉米, Q洋芋, Q紅蘿蔔/煮	肉絲花椰 Q花椰, C肉絲/炒	有機蔬菜	養生肉片湯 Q蘿蔔, 肉骨茶包, C肉片	6 .8	2 5	2 2	2 8	8 4	5	
★ 5/4	三	什錦炒麵	日式豬排燒 C豬排/燒	醬拌肉燥丁 C絞肉, 豆干/煮	酸甜虎皮蝦捲 C蝦捲/燒	季節蔬菜	黃瓜雞肉湯 Q大黃瓜, C雞肉	6 .6	2 8	2 0	3 0	8 5	7	
★ 5/5	四	白米飯	五香雞翅 C雞翅/滷	黑耳炒時蔬 Q高麗, Q木耳, Q紅蘿蔔/炒	番茄烘蛋 Q蛋, Q洋蔥, Q番茄/炒	有機蔬菜	紅豆甜湯 紅豆, QQ	6 .7	2 5	2 2	2 8	8 3	8	
★ 5/6	五	燕麥飯	黑椒豚肉柳 蔥, Q洋蔥, C豬肉/煮	敏豆番薯 T敏豆, C番薯/炒	白鑽燴蜜干 芝麻, 豆干/燒	有機蔬菜	酸辣湯 筍絲, 豆腐, Q紅蘿蔔, C肉絲	6 .6	2 5	2 2	2 8	8 3	1	
★ 5/9	一	白米飯	帶骨雞腿排 C雞腿排/燒	客家小炒 豆干, C肉絲, Q芹/炒	黃金佛手瓜 Q佛手瓜, Q玉米圈, Q紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	韓式海結湯 Q黃豆芽, 昆布, C肉片	6 .6	3 0	2 0	3 0	8 7	2	
★ 5/10	二	胚芽Q飯	麻香肉片 Q豆芽, C肉片/燒	西芹炒菇 Q西芹, Q杏鮑菇, Q紅蘿蔔/炒	家常蔥燒腐 蔥, Q木耳, 豆腐	有機蔬菜	豆薯燜雞湯 Q豆薯, Q蔥仁, C雞肉	6 .8	2 5	2 2	2 8	8 4	5	
★ 5/11	三	包中餐：海苔香飯+滿分雞腿+荷葉粽子+肉包+蘿蔔糕+季節蔬菜+好彩頭蘿蔔湯												
★ 5/12	四	紫米飯(蔬食日)	滷味黑干塊 黑豆干/滷	紅炒高麗菜 Q紅蘿蔔, Q高麗菜/炒	青蔥菜脯炊蛋 蔥, 菜脯, Q蛋/炒	有機蔬菜	羅宋湯 Q番茄, Q肉片, Q金針菇	6 .7	2 5	2 2	2 8	8 3	8	
★ 5/13	五	白米飯	杏鮑菇燒魚 Q鮑魚丁, Q杏鮑菇, Q豆腐/燒	枸杞冬瓜燒 Q冬瓜, C絞肉, 枸杞/煮	鐵板銀芽 Q豆芽菜, Q韭菜, Q紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	竹筍風味湯 筍, C豬肉	豆奶 6 .6	2 5	2 2	2 8	8 3	1	
★ 5/16	一	雜糧飯	糖醋大排 C豬排/燒	佛跳牆 Q木耳, Q紅蘿蔔, Q大白菜/煮	麻婆絞肉豆腐 豆腐, C絞肉, 蔥/燒	產銷履歷蔬菜	海鮮濃湯 素雞絲, 海芽, Q蛋	6 .8	2 5	2 0	3 0	8 4	9	
★ 5/17	二	白米飯	老薑麻油雞 C雞丁, Q高麗/燒	泡菜年糕鍋 C高麗菜, 泡菜, C肉片, Q金針菇, 年糕/炒	菇菇瓠瓜 Q鴻喜菇, Q瓠瓜, Q紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	粉絲福菜湯 福菜, 粉絲, C肉絲	6 .5	2 6	2 2	2 8	8 3	1	
★ 5/18	三	醬燒肉絲蛋炒飯	嘎拉脆魚排 T虱目魚排/炸	雙色白玉 Q紅蘿蔔, Q蘿蔔/煮	肉醬炒菠菜 C絞肉, Q菠菜/炒	季節蔬菜	豚肉甜玉米湯 C玉米, C豬肉, Q紅蘿蔔	6 .7	2 5	2 0	2 8	8 3	3	
★ 5/19	四	地瓜飯	檸檬翅腿 C雞翅/燒	毛豆仁燴蛋 Q蛋, C毛豆, Q洋蔥/燴	三杯杏菇炒干 九層塔, Q杏鮑菇, 豆干/炒	有機蔬菜	綠豆麥仁湯 綠豆, 麥仁	6 .6	2 8	2 1	3 0	8 6	0	
★ 5/20	五	白米飯	古早味滷肉角 C肉角, Q蘿蔔/滷	香煎花枝球*2 C花枝丸/煎	蒜味花椰菜 蒜, C花椰菜, Q紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	薑絲枕瓜湯 薑, Q冬瓜	6 .5	3 0	2 0	2 8	8 5	6	
★ 5/23	一	小米香飯	酥脆魚肉 Q鮑魚丁/炸	麻辣滷味燙 Q高麗, Q金針菇, 百頁, 泡麵/煮	金黃燴豬肉 C玉米, Q洋芋, C絞肉/炒	產銷履歷蔬菜	海菜蛋花湯 紫菜, Q蛋	6 .8	2 5	2 0	3 0	8 4	9	
★ 5/24	二	白米飯	蒜味里肌 C里肌/燒	咖哩洋芋 Q馬鈴薯, Q紅蘿蔔/煮	蒙古炒肉絲 Q豆芽菜, Q肉絲, Q紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	芹香蘿蔔湯 Q芹, Q蘿蔔	6 .5	2 6	2 2	2 8	8 3	1	
★ 5/25	三	炸醬麵	蜜汁棒棒腿 C雞腿/滷	甜麵肉燥干丁 C絞肉, 干丁/煮	彩虹雙色饅頭 C饅頭/蒸	公環回饋有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜, C肉絲	水果 6 .7	2 5	2 0	2 8	8 3	3	
★ 5/26	四	麥片甜飯(蔬食日)	義式燉絞肉 Q番茄, C絞肉, Q洋芋/煮	鍋貼煎 C鍋貼/煎	麻香金針豆腐 Q金針菇, 凍豆腐/煮	有機蔬菜	起司玉米濃湯 起司, C玉米, Q蛋, Q紅蘿蔔	6 .6	2 8	2 1	3 0	8 6	0	
★ 5/27	五	白米飯	噴香滷雞翅 C雞翅/滷	紅絲乳酪蛋 Q紅蘿蔔, Q蛋, Q洋蔥, 起司/炒	沙茶關東煮 Q蘿蔔, Q紅蘿蔔, Q玉米圈/煮	有機蔬菜	和風味噌湯 海帶芽, 豆腐	6 .5	3 0	2 0	2 8	8 5	6	
★ 5/30	一	蕎麥Q飯	沙茶蔥香豬煲 C肉片, Q洋蔥, 蔥/燒	鮮味大黃瓜 Q大黃瓜, Q紅蘿蔔/炒	蒜泥老豆腐 豆腐, 蒜/燒	產銷履歷蔬菜	菇菇燉雞湯 Q蘿蔔, C雞丁, Q香菇	6 .8	2 6	2 1	3 0	8 5	9	
★ 5/31	二	白米飯	鹽燒腿排 C雞腿排/燒	鹽酥炸雙拼 百頁, T甜不辣/炸	包心白菜粉絲 Q紅蘿蔔, Q白菜, 粉絲/滷	有機蔬菜	金針筍羹湯 筍, Q金針菇, Q紅蘿蔔, C肉羹	6 .7	2 5	2 2	2 8	8 3	8	

★ 標示為三章—Q申請日 / 營養師 賴彥樺

*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



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
111.5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 粒種	豆魚 蛋肉	蔬菜 類	油脂 類	水果 類	熱量	
2	一	糙米飯	家常油豆腐 油豆腐紅蘿蔔Q木耳Q-煮	薑味南瓜 南瓜Q薑-煮	干片小炒 干片素肉絲木耳Q紅蘿蔔Q-炒	炒莧菜 莧菜Q薑-炒	產前 產後	玉米濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q	6.8	2.5	2.2	3		854	
3	二	藜麥飯	塔香豆腸 豆腐九層塔Q-煮	沙茶空心菜 空心菜Q-炒	牛蒡排 素牛蒡排-燒	鮮菇黃瓜 大黃瓜Q香菇Q紅蘿蔔Q-煮	有機 蔬菜	豆腐湯 豆腐	6.8	2.4	2.3	3		849	
4	三	香Q白飯	糖醋豆包 豆包甜椒Q-燒	芝麻芋薯 地瓜Q芋頭Q芝麻-燒	鮮炒高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	雪蓮子麵筋 麵筋雪蓮子-煮	Q芽 菜	枸杞山藥湯 山藥Q	5.8	2.4	2.2	3		776	
5	四	香Q白飯	四喜烤麩 烤魷毛豆S金針菇Q紅蘿蔔Q-煮	鮑菇芥菜 芥菜Q鮑魚菇Q薑-炒	薑味木須 木耳Q薑-燒	芹香干絲 芹菜Q海帶絲干絲紅蘿蔔Q-炒	有機 蔬菜	紅豆薏仁湯 紅豆Q薏仁	6.9	2.5	2.2	3		861	
6	五	燕麥飯	蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	鐵板銀芽 豆芽菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	雪菜皮絲 油菜Q皮絲-炒	髮菜素丸子 素丸髮菜毛豆S金針菇Q-煮	有機 蔬菜	白玉湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2.4	3		838	
9	一	地瓜飯	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	甜椒山藥 山藥Q甜椒Q-炒	木須扁蒲 扁蒲Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	福菜苦瓜 苦瓜Q福菜T-煮	產前 產後	田園南瓜湯 南瓜Q紅蘿蔔Q	6.8	2.5	2.2	3		854	
10	二	胚芽米飯	蠔香素雞 素雞片-煮	腰果什錦 玉米粒Q毛豆S紅蘿蔔Q素絞肉-煮	沙茶芥藍 芥藍菜Q-炒	玉筍脆瓜 小黃瓜Q玉米筍Q紅蘿蔔Q-炒	有機 蔬菜	沙茶時蔬湯 高麗菜Q香菇Q	6.5	2.4	2.3	3		828	
11	三	包中 祈福餐	什錦炒麵+素雞腿+粽子+包子+蘿蔔糕+紅仁花椰菜+青菜+好彩頭湯							6.7	2.4	2.4	3.2		853
12	四	香Q白飯	紅燒百頁 百頁豆腐木耳Q紅蘿蔔Q-燒	麻香什菇 香菇Q金針菇Q素絞肉-煮	芋頭煲仔 芋頭毛豆S紅蘿蔔Q-煮	芝麻海根 海帶根薑芝麻-炒	有機 蔬菜	味噌湯 豆腐	6.7	2.5	2.2	3		847	
13	五	什穀米飯	海山醬燉油豆腐 油豆腐-煮	紹子素肉醬 碎干丁香菇Q素絞肉-煮	菇炒玉菜 高麗菜Q秀珍菇Q木耳Q-炒	鮮炒萵苣 大陸妹Q紅蘿蔔Q-炒	有機 蔬菜	藥膳湯 豆腐Q	6.5	2.5	2.2	3		833	
16	一	糙米飯	五柳豆包 豆包干芹菜Q紅蘿蔔Q金針菇Q薑-煮	甘梅地瓜 地瓜Q-炸	炒芥菜 芥菜Q薑-炒	彩椒素雞 素雞甜椒Q-炒	產前 產後	玉米湯 玉米粒S	6.7	2.4	2.2	3.2		848	
17	二	香Q白飯	蕃茄豆腐 蕃茄Q豆腐-煮	螞蟻上樹 冬粉素絞肉高麗菜Q-炒	海帶結麵輪 海帶結麵輪-滷	脆炒佛手 佛手瓜Q秀珍菇Q-炒	有機 蔬菜	五行蔬菜湯 玉米粒Q毛豆S紅蘿蔔Q金針菇Q素絞肉-煮	6.7	2.5	2	3		842	
18	三	台式炒飯	香滷大溪豆干 黑豆干-滷	素瓜仔肉 素絞肉脆瓜T-煮	紅燒素獅子頭 素獅子頭大白菜Q-燒	炒鮮筍 鮮筍Q紅蘿蔔Q素肉絲-炒	Q芽 菜	什穀湯 薏仁雪蓮子	7	2.4	2.4	3		865	
19	四	胚芽米飯	關東煮 白蘿蔔Q油豆腐-煮	糖醋蓮藕 蓮藕Q甜椒Q-炒	枸杞金耳絲瓜 絲瓜Q金針菇Q藕竹-煮	炒結頭菜 結頭菜Q木耳Q-炒	有機 蔬菜	綠豆粉圓湯 綠豆珍珠粉圓	6.5	2.5	2.2	3		833	
20	五	小米飯	沙茶雙味 豆干素肚-滷	堅果蔬炒敏豆 敏豆腰豆玉米筍Q腰果-炒	咖哩百頁 百頁豆腐馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	紅仁高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q香菇Q-炒	有機 蔬菜	素羹湯 雞蛋S紅蘿蔔Q木耳Q豆腐Q	6.8	2.6	2	3		856	
23	一	燕麥飯	銀蘿蘭花干 蘭花干白蘿蔔Q紅蘿蔔Q-煮	鮑菇黃瓜 大黃瓜Q鮑魚菇Q紅蘿蔔Q-煮	田園玉米 玉米粒S毛豆S紅蘿蔔Q-煮	紅燒茄子 茄子Q-燒	產前 產後	和風海芽湯 海帶芽	6.7	2.5	2	3		842	
24	二	香Q白飯	鮑菇烤麩 烤魷鮑魚菇紅蘿蔔Q-煮	豆豉龍鬚菜 龍鬚菜Q薑-炒	筍香肉燥 素絞肉筍干T-滷	白菜滷 大白菜肉皮絲紅蘿蔔Q木耳Q-煮	有機 蔬菜	蓮藕湯 蓮藕Q紅蘿蔔Q素香菇-煮	6.5	2.5	2.2	3.1		837	
25	三	什錦炒麵	家常豆腐 豆腐素絞肉-煮	燉洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	素茶鵝片 素茶鵝片-煎	芹香干片 干片芹菜Q木耳Q素肉絲-炒	有機 蔬菜	結頭菜湯 結頭菜Q	7	2.4	2	3.2	1	924	
26	四	紫米飯	麻香什錦 凍豆腐高麗菜Q豆管薑-煮	翠綠鮮蔬 大陸妹Q秀珍菇Q-炒	醬燒麵腸 麵筋紅蘿蔔Q木耳Q-燒	玉筍炒時豆 敏豆腰豆玉米紅蘿蔔	有機 蔬菜	蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.7	2.5	2.3	3.2		858	
27	五	五穀米飯	茄汁豆腸 豆腐紅蘿蔔Q-燒	塔香海龍 海龍九層塔Q-煮	杏香雙色山藥 山藥Q素山藥Q紅蘿蔔Q素絞肉-煮	咖哩花椰 白花菜S紅蘿蔔Q-煮	有機 蔬菜	酸辣湯 豆腐木耳Q紅蘿蔔Q筍干	6.5	2.5	2.3	3.3		849	
30	一	胚芽米飯	醬燒油豆腐 油豆腐紅蘿蔔Q-燒	炒地瓜葉 地瓜葉Q薑-炒	韓式拌雜菜 韭菜Q金針菇Q素絞肉-煮	醬燒素肚 素肚-炒	產前 產後	羅宋湯 高麗菜Q蕃茄Q芹菜Q	6.5	2.5	2.2	3		833	
31	二	香Q白飯	五香豆干X2 五香豆干-煮	素火腿片 素火腿片-煎	豆仁彩丁 玉米粒毛豆紅蘿蔔Q腰果-炒	銀芽彩絲 豆芽菜Q木耳Q紅蘿蔔Q干絲-炒	有機 蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q	6.5	2.5	2.3	3		835	

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供公糧米供餐，5/25(三)提供水果及有機蔬菜。★三章IQ豆奶日：5/13(五)。

(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

營養師 劉容均



ENJOY LUNCH TIME

111年5月素食菜單 桃園國中

日期	週期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆類	蔬菜	油脂	熱量
5/2	一	白飯	鐵板嫩豆腐 燒：板豆腐、紅蘿蔔Q	竹筍三絲 炒：竹筍Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	塔香茄子 燒：九層塔、茄子Q	蠔油萵苣 炒：萵苣Q、香菇Q	豆瓣雪蓮子 炒：雪蓮子、豆干丁	履歷蔬菜	牛蒡玉米湯 玉米Q、牛蒡Q、香菇Q			854
5/3	二	地瓜飯	黑胡椒麵腸 燒：麵腸	豆薯雙絲 炒：豆薯Q、紅蘿蔔Q	蔬菜粉絲 炒：粉絲、高麗菜Q、豆皮絲	清炒花椰 炒：花椰菜S	茼蒿素腰花 炒：素腰花	有機蔬菜	酸菜杏菇湯 酸菜、杏鮑菇Q			854
5/4	三	香菇炒飯	蜜汁豆包 燒：豆包	芝麻醃豆 炒：醃豆、白芝麻	栗子小油泡 燒：栗子、小油泡	紅椒玉米筍 炒：紅椒Q、玉米筍Q	椒鹽地瓜條 炸：地瓜條Q、胡椒鹽	季節蔬菜	黃瓜清湯 黃瓜Q、紅蘿蔔Q			860
5/5	四	白飯	香菇烤麩 燒：香菇Q、烤麩	白菜滷 燒：白菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	碎脯干丁 炒：碎脯、豆干丁	薑爆空心菜 炒：薑絲、空心菜Q	醬燒苦瓜 燒：苦瓜Q	有機蔬菜	紅豆包心圓 紅豆、包心粉圓			846
5/6	五	蕎麥飯	麻婆豆腐 燒：豆腐	白果淮山 燒：山藥Q、白果	白玉燒甜豆 炒：白蘿蔔Q、甜豆Q	茄汁素甜條 燒：素甜條	乾燒小朵菇 燒：乾鈕扣菇	有機蔬菜	紅麵線湯 麵線、竹筍Q、木耳Q			858
5/9	一	紅藜飯	豆瓣素雞片 炒：素雞片	彩蔬玉米粒 燒：玉米Q、彩椒Q	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜、紅蘿蔔Q、木耳Q	薑絲地瓜葉 炒：地瓜葉Q、薑絲	五香麵輪 燒：麵輪	履歷蔬菜	味噌金耳湯 味噌、金耳菇Q、豆腐			847
5/10	二	白飯	麻油菜肚 燒：素肚、紅菜	干丁素肉燥 燒：豆干丁、素肉	芹香銀芽 炒：豆芽菜Q、紅蘿蔔Q、芹菜Q	小瓜杏鮑菇 燒：小瓜Q、杏鮑菇Q	海帶切 滷：海帶	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q、香菇Q、玉米Q			856
5/11	三	蔬菜炒麵 包粽餐	第一棒棒腿 燒：素雞腿	狀元素粽子 蒸：素粽子	65G豆沙包 蒸：豆沙包S	及第蘿蔔糕 炸：蘿蔔糕	大溪黑豆干 燒：黑豆干	季節蔬菜	好彩頭蘿蔔湯 紅白蘿蔔Q、芹菜Q			854
5/12	四	糙米飯	椒鹽百頁 炒：百頁、杏鮑菇Q、腰果	紹子素豆包 燒：番茄Q、豆包、木耳Q	香菇敏豆 炒：香菇Q、敏豆T	芝麻牛蒡絲 炒：芝麻、牛蒡絲	甜蒸南瓜 蒸：南瓜Q	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽、薑絲			851
5/13	五	白飯	豆豉花干 燒：豆豉、蘭花干	咖哩洋芋 燒：馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q	豆瓣筍絲 炒：竹筍Q、豆瓣醬	脆炒高麗 炒：高麗菜Q、木耳Q	雪裡百頁 燒：雪裡紅、百頁	有機蔬菜	冬瓜薏米湯 冬瓜Q、小薏仁	豆奶		851
5/16	一	麥片飯	五香油豆腐 燒：油豆腐	素客家小炒 炒：豆干片、芹菜Q	清炒結頭菜 炒：結頭菜Q、紅蘿蔔Q	芝麻糯米椒 炒：糯米椒Q、白芝麻	蜜地瓜塊 燒：地瓜Q	履歷蔬菜	番茄蔬菜湯 番茄Q、高麗菜Q			847
5/17	二	白飯	三杯豆腸 燒：豆腸、九層塔	枸杞絲瓜 燒：絲瓜Q、枸杞	香菇芥藍 炒：香菇Q、芥藍Q	蜜汁蓮藕 燒：蓮藕Q	蔬菜丸子 炸：高麗菜Q、紅蘿蔔Q、黑白芝麻	有機蔬菜	大滷湯 竹筍Q、紅蘿蔔Q、木耳Q			856
5/18	三	香椿炒飯	海苔素排 燒：海苔素排	甜醬關東煮 燒：紅白蘿蔔Q、玉米Q	雙色山藥 燒：白山藥Q、紫山藥Q	樹子龍鬚菜 炒：樹子、龍鬚菜Q	嫩三角油豆腐 燒：油豆腐	季節蔬菜	刺瓜紅片湯 大瓜Q、紅蘿蔔Q			849
5/19	四	薏仁飯	鮮菇嫩豆腐 燒：豆腐、香菇Q	白醬洋芋 燒：馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q	甜豆玉米筍 炒：甜豆Q、玉米筍Q	豆皮鴻喜菇 炒：紅椒Q、鴻喜菇Q、豆皮	蜜汁素鵝片 燒：素鵝片	有機蔬菜	綠豆QQ 綠豆、QQ圓			860
5/20	五	白飯	酥炸豆腸 炸：豆腸	素燒角螺 炒：角螺、紅椒Q、毛豆Q	醬燒海茸 炒：海茸、金耳菇Q	香菇美人腿 炒：筍白筍Q、香菇Q	素獅子頭 燒：素獅子頭	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌、豆腐			854
5/23	一	白飯	蜜汁黑干 燒：黑豆干、芝麻	泡菜年糕 燒：素泡菜、年糕	黃芽鴻喜菇 炒：黃豆芽Q、鴻喜菇Q	清炒莧菜 炒：莧菜Q、薑絲	香菇麵筋 燒：香菇Q、麵筋	履歷蔬菜	昆布白菇湯 海帶結、美白菇Q			847
5/24	二	十穀飯	醬燒豆腐 燒：豆腐	紅絲豆皮 炒：紅蘿蔔Q、豆皮	孜然茄子 燒：茄子Q	木須筍片 炒：竹筍Q、木耳Q	和風秋葵 燒：秋葵Q	有機蔬菜	當歸燉湯 當歸、枸杞、豆薯Q			849
5/25	三	義大利麵	豆皮蔬菜捲 燒：豆皮、蔬菜捲	腰果蘭花干 燒：腰果、蘭花干	西芹茼蒿 炒：西芹、茼蒿	脆炒花椰 炒：花椰菜S	醋溜甜椒 炒：紅甜椒Q、黃甜椒Q	公糧回饋有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜Q、玉米Q、紅蘿蔔Q	水果		867
5/26	四	紫米飯	五香嫩豆腐 燒：豆腐、紅蘿蔔Q	瓜仔蘿蔔 燒：碎瓜、白蘿蔔Q	清炒敏豆 炒：敏豆T、香菇Q	紅棗銀耳 燒：紅棗、乾白木耳	牛蒡絲餅 炸：牛蒡Q、黑白芝麻	有機蔬菜	金針湯 金針、金耳菇Q			851
5/27	五	白飯	沙茶油腐 燒：油豆腐、素沙茶	紅棗杏鮑菇 燒：紅棗、杏鮑菇Q	腐皮白菜 燒：白菜Q、豆皮	枸杞雪裡 炒：枸杞、雪裡紅	蜜汁芋頭 燒：芋頭Q、黑白芝麻	有機蔬菜	沙茶蘿蔔湯 蘿蔔Q、香菇Q			856
5/30	一	小米飯	栗子燒豆包 燒：栗子、豆包	芝麻海帶絲 炒：海帶絲、白芝麻	蒲瓜紅片 燒：蒲瓜Q、紅蘿蔔Q	辣瓣干絲 炒：白干絲	素鰻魚片 燒：素鰻魚片	履歷蔬菜	風城米粉湯 米粉、芹菜Q、紅蘿蔔Q			851
5/31	二	白飯	自製豆腐丸 炸：玉米Q、豆腐	五香素雞片 燒：素雞片	紅絲高麗 炒：高麗菜Q、紅蘿蔔Q	冬瓜素肉燥 燒：冬瓜Q、素肉	蠔油小芥菜 燒：小芥菜Q	有機蔬菜	鮮筍香菇湯 竹筍Q、香菇Q			851

食材一律使用非基改食材

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code

營養師：暨湘云、葉亭好、沈凱瑄、張韻瑩 5/25(三)公糧回饋有機蔬菜及提供水果

GOOD!



裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中110年5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)	豆類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂與堅果類 (份)	熱量 (KCAL)
5/2	一	小米香飯	麻油凍豆腐 凍豆腐/煮	炒土白菜 小白菜0/炒	黑椒銀芽 豆芽0.木耳0/炒	沙茶小瓜 小黃瓜0.杏鮑菇0/炒	長豆炒紫茄 長豆0.茄子0/炒	產銷履歷蔬菜	金耳蔬菜湯 金針菇0.高麗菜0	6.5	2.4	3	2.8	836
5/3	二	白米飯	豆豉燒花干 豆豉.蘭花干/燒	炒油菜 油菜0/炒	枸杞南瓜燒 枸杞.南瓜0/燒	塔香海茸 九層塔.海茸/炒	蜜燒百頁 百頁/煮	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 薑絲.冬瓜0	6.5	2.5	2.9	2.8	841
5/4	三	炒烏龍麵	醬燒豆腸 豆腸/燒	西芹炒菇 西芹0.鴻喜菇0/炒	紫米糕捲 紫米糕捲/炸	毛豆燒絞肉 毛豆S.素絞肉.玉米S/燒	紅燒蕪菁 蕪菁0.紅蘿蔔0/煮	季節蔬菜	冬菜粉絲 冬菜.粉絲	6.5	2.6	2.5	3	848
5/5	四	白米飯	塔香豆干 九層塔.豆干/滷	香滷麵輪 麵輪/滷	鮮味瓠瓜 瓠瓜0.美白菇0/煮	黑炒山藥 木耳0.山藥0/炒	蠔油芥菜 芥菜0/炒	有機蔬菜	紅豆甜湯 紅豆.QQ	6.4	2.5	2.6	3	836
5/6	五	紫米飯	大嫩豆腐燒 大嫩豆腐/燒	黑椒小瓜油片絲 小黃瓜0.油片絲/炒	芹香干絲 芹0.白干絲/炒	炒A菜 A菜0/炒	燒桂竹筍 桂竹筍/燒	有機蔬菜	結頭菜湯 結頭菜Q	6.6	2.5	2.5	2.8	838
5/9	一	白米飯	素沙茶百頁 百頁/燒	鴻喜花椰 鴻喜菇0.花椰菜0/炒	彩椒豆薯 彩椒0.豆薯0/炒	下飯麵筋 麵筋/滷	韓式部隊鍋 高麗0.紅蘿蔔0/炒	產銷履歷蔬菜	山藥薏仁湯 山藥0.薏仁	6.5	2.5	2.8	2.9	843
5/10	二	薏仁飯	大溪黑豆干 黑豆干/燒	鹽酥菇菇 杏鮑菇0/炸	酸心素肚 酸菜心.素肚/炒	酸甜黑木耳 黑木耳0/炒	紅片扁蒲 紅蘿蔔0.扁蒲0/炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米S.馬鈴薯Q	6.6	2.6	2.7	2.7	846
5/11	三	包中餐：白米飯+香滷素樟腿+素肉粽+素菜包+素蘿蔔糕+季節蔬菜+好彩頭蘿蔔湯												
5/12	四	白米飯	紅燒豆包 豆包/煮	枸杞冬瓜肉末 冬瓜0.枸杞/燒	芝香海茸 白芝麻.九層塔.海茸/燒	炒地瓜葉 地瓜葉0/炒	紅燒烤魷 烤魷/燒	有機蔬菜	羅宋蔬菜湯 番茄0.高麗菜0	6.4	2.6	2.5	3	841
5/13	五	胚芽米飯	五味燒豆腐 豆腐/燒	紅炒筍絲 筍絲.紅蘿蔔0/炒	菜豆醬炒茄 菜豆0.茄子0/炒	麻醬干丁 芝麻醬.干丁/燒	蜜烤番薯片 地瓜0/烤	有機蔬菜	香菇瓠瓜湯 香菇0.瓠瓜Q	6.6	2.6	2.4	2.8	843
5/16	一	雜糧飯	日式味噌油腐 油腐.味噌/燒	四喜蔬菜 毛豆S.洋芋0.紅蘿蔔0.玉米S/炒	蠔油青江 青江菜0/炒	三杯烤魷 烤魷/燒	切海帶捲 海帶捲/滷	產銷履歷蔬菜	肉骨茶湯 蘿蔔0.素肉骨茶包	6.6	2.6	2.7	2.9	855
5/17	二	白米飯	木須蘭花干 木耳.蘭花干/煮	脆炒大白 大白菜0/炒	枸杞絲瓜 絲瓜0.枸杞/煮	醬爆杏鮑菇 西芹0.杏鮑菇0/爆	麻婆豆腐 豆腐/燒	有機蔬菜	金針粉絲湯 金針花.粉絲	6.4	2.6	2.6	2.8	834
5/18	三	羅勒麵	素虱目魚肚 素虱目魚肚/燒	醬燒凍豆腐 凍豆腐/燒	奶香薯塊 馬鈴薯0.紅蘿蔔0/燒	白玉關東煮 0蘿蔔.0玉米圓/煮	牛蒡燴蔬菜 牛蒡0.高麗菜0/炒	季節蔬菜	蒲瓜枸杞湯 蒲瓜0.枸杞	6.5	2.6	2.7	3	853
5/19	四	白米飯	香菜黑干 香菜.黑豆干/滷	瓜仔干丁 干丁.瓜仔/煮	木須王瓜 刺瓜0.木耳0/煮	豆醬桂筍 桂竹筍/炒	彩繪玉米 玉米S.毛豆S.紅蘿蔔0/煮	有機蔬菜	綠豆麥仁湯 綠豆.麥仁	6.5	2.7	2.5	2.7	842
5/20	五	地瓜絲飯	薑汁豆腐 薑.豆腐/燒	金針小佛瓜 佛手瓜0.金針菇0/煮	濃郁咖哩洋芋 洋芋0.紅蘿蔔0/煮	蜜汁小豆干 四分干/燒	清炒花椰菜 花椰菜S/炒	有機蔬菜	香甜南瓜湯 南瓜0.玉米S	6.5	2.6	2.6	3	850
5/23	一	白米飯	鮮燴豆包 豆包.高麗菜0/煮	三杯燴菇 西芹0.香菇0/炒	黃瓜炒干片 小黃瓜0.豆干/炒	福山大陸妹 大陸妹0/炒	泰式打拋丁 番茄0.雞腸.九層塔/燒	產銷履歷蔬菜	迪化紅麵線湯 筍絲.木耳0.紅麵線	6.5	2.5	2.6	3	843
5/24	二	麥片香飯	沙茶凍豆腐 素沙茶.凍豆腐/燒	鮮炒扁蒲 紅蘿蔔0.扁蒲0/炒	雜菜雙絲 黃豆芽0.木耳0/拌	醬燒茄子 九層塔.茄子0/燒	香滷海結 海結/滷	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐	6.6	2.5	2.4	3	845
5/25	三	什錦炒飯	紅麴素肉排 紅麴素肉排/燒	紅醬洋芋 洋芋0.紅蘿蔔0/煮	田園玉米 玉米0.毛豆S/煮	螞蟻上樹 高麗菜0.冬粉.素絞肉/炒	炒小白菜 小白菜0/炒	公糧回饋有機蔬菜	香甜佛瓜湯 佛手瓜Q	6.6	2.2	2.8	3	832
5/26	四	白米飯	蜜汁干丁 小方干/燒	蔬菜水餃 蔬菜水餃/炸	鮮炒時蔬 涼薯0.紅蘿蔔0/炒	炒空心菜 空心菜0/炒	塔香百頁 九層塔.百頁/炒	有機蔬菜	鮮白菜湯 香菇0.大白菜Q	6.6	2.6	2.8	2.8	853
5/27	五	蕎麥飯	紅燒豆腐燒 大嫩豆腐/燒	蘿蔔豆輪 蘿蔔0.豆輪/滷	醋溜木耳 薑.木耳0/炒	鮮燴南瓜 豆薯0.南瓜0/燒	金針菇高麗菜 高麗菜0.金針菇0/炒	有機蔬菜	枕瓜紅片湯 枕瓜0.紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2.3	3	835
5/30	一	小米Q飯	紅燒蘭花干 蘭花干/燒	椒鹽番薯片 地瓜Q/炸	香炒雙色 筍絲.紅蘿蔔0/炒	素炒花椰 花椰S/炒	芝麻乾燒麵腸 白芝麻.麵腸/燒	產銷履歷蔬菜	福菜粉絲湯 福菜.粉絲	6.6	2.6	2.8	2.8	853
5/31	二	香甜白飯	宮保百頁 百頁/燒	砂鍋白菜滷 大白菜0.木耳0.紅蘿蔔0/煮	芝香海根 芝麻.海帶根/燒	夜市滷味燙 素雞.豆干/燒	香炒鵝仔菜 A菜0/炒	有機蔬菜	腰果牛蒡湯 蘿蔔0.腰果.牛蒡Q	6.5	2.6	2.6		850

*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 林芊慧 賴彥樺