



美味午餐

桃園國中
111.6月午餐菜單★皇佳食品廠
臺灣豬標章
QR碼

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	全蛋雞腿	豆腐蛋肉	蔬菜類	油脂類	水果類	熱量
1	三	韓式拌飯	鹽酥雞 雞丁Q-炸	夜市滷味 百頁豆腐素雞-滷	竹筍肉絲 竹筍Q肉絲S紅蘿蔔Q-炒	Q青菜 結頭菜排骨湯 結頭菜Q排骨S	6.5	2.5	2.2	3.3		846
2	四	香Q白飯	紅燒燉肉 肉丁S蘿蔔Q蕃茄Q-燉	什蔬髮菜羹 大白菜Q肉絲S木耳Q紅蘿蔔Q髮菜-滷	螞蟻上樹 冬粉絞肉S高麗菜Q木耳Q-炒	有機蔬菜 紅豆芋圓湯 紅豆Q芋圓地瓜圓	6.6	2.4	2	3		827
3	五	端午節快樂！										
6	一	糙米飯	沙茶蔥香魚 魚丁Q洋蔥Q-煮	芝麻蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	黃金什錦 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q魚丸S-煮	產銷履歷 佛手雞丁湯 佛手瓜雞丁Q	6.7	2.5	2	3		842
7	二	香Q白飯	可樂雞腿 雞腿S-滷	甘甜高麗菜 高麗菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	雪蓮子麵筋 麵筋球雪蓮子-炒	有機蔬菜 柴香味噌湯 豆腐柴魚片	6.5	2.4	2	3		820
8	三	蔬食日 鐵板炒麵	腰果燒蘭花干 蘭花干蘿蔔Q紅蘿蔔Q腰果-煮	綜合炸拼盤 可樂餅S地瓜Q-炸	蒜香海根 海帶根紅蘿蔔Q-炒	Q青菜 蕃茄蛋花湯 蕃茄Q雞蛋Q	6.5	2.5	2	3		828
9	四	小米飯	三杯塔香雞 雞丁S豆薯Q-煮	洋蔥炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q毛豆Q-炒	韭菜豆芽 豆芽菜Q韭菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 冬瓜肉片湯 冬瓜Q肉片S	6.6	2.4	2.2	3		832
10	五	燕麥飯	香滷排骨 排骨S-滷	筍香肉燥 筍丁絞肉S-滷	紅炒扁蒲 扁蒲Q鮑魚菇Q紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 玉米濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.5	2.5	2.2	3.3		846
13	一	藜麥飯	泡菜豬肉煲 肉片S高麗菜Q金針菇Q-煮	鮮菇黃瓜 大黃瓜Q秀珍菇Q紅蘿蔔Q-煮	蒜泥老皮豆腐 油豆腐-燒	產銷履歷 燕菁雞湯 結頭菜Q雞丁Q	6.5	2.5	2	3		828
14	二	胚芽米飯	蔥油雞 雞丁S洋蔥Q-煮	蕃茄炊蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	翠炒時豆 敏豆履歷紅蘿蔔Q肉絲S-炒	有機蔬菜 沙茶時蔬湯 金針菇Q高麗菜Q肉絲S皮	6.5	2.5	2	3.2		837
15	三	三色拌飯	日式炸豬排 豬排S-炸	西芹什錦 西芹Q黑輪S木耳Q紅蘿蔔Q-炒	香濃咖哩 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	Q青菜 海結排骨湯 海帶結排骨S	6.5	2.4	2.2	3.2		834
16	四	香Q白飯	蒜蓉雞腿 雞腿S-滷	芙蓉絲瓜 絲瓜Q寬冬粉雞蛋Q-煮	麻婆豆腐 豆腐絞肉S-燒	有機蔬菜 綠豆粉圓湯 綠豆珍珠粉圓	6.5	2.6	2.2	3		840
17	五	什穀米飯	清蒸魚 魚丁Q板條-蒸	玉米四喜 玉米粒S雞絞肉S毛豆Q紅蘿蔔Q-煮	砂鍋大白菜 大白菜Q木耳Q紅蘿蔔Q肉絲S-煮	有機蔬菜 時瓜雞丁湯 黃瓜Q雞丁Q	6.7	2.5	2	3		842
20	一	燕麥飯	普羅旺斯嫩雞 雞丁S南瓜Q-燉	香滷雙味 麵筋豆干紅蘿蔔-滷	炒白花朵 白花朵S甜椒Q-炒	產銷履歷 蘿蔔肉片湯 蘿蔔Q肉片S	6.6	2.5	2	3.2		844
21	二	香Q白飯	橙香里肌 豬排S-燒	脆炒時蔬 高麗菜Q香菇Q木耳Q-炒	古早味肉燥 絞肉S脆瓜T-滷	有機蔬菜 和風豆腐湯 豆腐小魚干	6.5	2.5	2.2	3		833
22	三	蔬食日 義大利麵	燒嫩油腐 嫩油豆腐-燒	酥炸雙味 花枝丸S鍋貼S-炸	什炒小瓜 小黃瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q茼蒿-炒	Q青菜 豆薯湯 豆薯Q豆皮金針菇Q	6.5	2.4	2	3		820
23	四	糙米飯	黑胡椒魚丁 魚丁Q洋蔥Q-煮	紅絲歐姆蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	沙茶五香豆干 五香豆干-燒	有機蔬菜 鮮筍雞丁湯 竹筍Q雞丁Q	6.6	2.6	2	3		842
24	五	紫米飯	迷迭香棒腿 雞腿S-滷	豆仁冬瓜 冬瓜Q毛豆Q絞肉S-煮	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉海帶芽豆皮紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 法式濃湯 玉米粒S洋蔥Q紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.6	2.4	2	3		827
27	一	胚芽米飯	味噌薑燒肉片 肉片S洋蔥Q-燒	甜醬蘿蔔煮 蘿蔔Q油豆腐-煮	紅仁花椰菜 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	產銷履歷 羅宋湯 高麗菜Q芹菜Q蕃茄Q肉絲S	6.6	2.4	2.2	3		832
28	二	香Q白飯	呷滋魚排 魚排Q-炸	椰香燉洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	醬燒福州丸 福州丸絞肉S-燒	有機蔬菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜Q肉絲S	6.5	2.5	2.2	3		833
29	三	肉絲油飯	黑椒排骨 排骨S-滷	什炒敏豆 敏豆履歷紅蘿蔔Q木耳Q-炒	滷味燙 高麗菜Q金針菇Q肉片S豆皮-煮	Q青菜 酸辣湯 雞蛋Q豆腐木耳Q筍丁紅蘿蔔Q	6.5	2.4	2	3	1	880
30	四	什穀米飯	匈牙利燉雞 雞丁S甜椒Q-燉	珍珠炒蛋 玉米粒S毛豆Q雞蛋S紅蘿蔔Q-炒	時瓜鮮燴 大黃瓜Q肉羹S木耳Q-炒	有機蔬菜 日式海芽湯 海帶芽小魚干	6.7	2.5	2	3		842

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供履歷米供餐，6/29（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)。

(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



111年6月菜單 桃園國中

日期		主 食		副 菜		蔬 菜	湯 品		附餐				
星 期	日 期								全 穀	豆 魚	蔬 菜	油 脂	熱 量
6 / 1	三	古早味 油飯	鐵路滷豬排 燒：豬排S	福州丸子燒 燒：白蘿蔔Q.福州丸S	大瓜鮮菇 燒：大瓜Q.紅蘿蔔Q.香菇Q	季節 蔬菜	和風肉絲湯 豆薯Q.肉絲S		6.2.2.2.8 6.8.5.5.6				
6 / 2	四	白飯	墨西哥烤雞 燒：雞排S	香蔥菜脯蛋 炒：蛋Q.菜脯.青蔥	開陽白菜 燒：白菜Q.紅蘿蔔Q.蝦米	有機 蔬菜	紅豆芋圓 紅豆T.芋圓		6.2.2.2.8 5.8.4.7.7				
6/3-6/5端午節連假三日													
6 / 6	一	白飯	味噌燉肉 燒：白蘿蔔Q.肉丁S	豆瓣香干片 炒：豆干片.高麗菜Q	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜Q.紅蘿蔔Q	履歷 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜.蛋Q		6.2.2.2.8 6.8.3.9.0				
6 / 7	二	糙米飯	椰漿咖哩雞 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.雞丁S	茄汁天婦羅 燒：甜不辣T.西芹Q	竹筍三絲 炒：筍Q.木耳Q.肉絲S	有機 蔬菜	小魚味噌湯 豆腐.味噌.小魚干		6.2.2.2.8 5.8.4.7.7				
6 / 8	三	洋菇 白醬麵	蒙古炒肉末 炒：豆薯Q.絞肉S	相思豆沙包 蒸：65G豆沙包S	肉燥花椰 炒：花椰菜S.紅蘿蔔Q.絞肉S	季節 蔬菜	大滷湯 金耳菇Q.木耳Q.角螺		6.2.2.2.8 6.8.2.9.8				
6 / 9	四	白飯	香酥魚米花 炸：水鯊魚丁S	甜蔥紅絲烘蛋 炒：紅蘿蔔Q.洋蔥Q.蛋Q	三杯菜豆 燒：菜豆Q.肉絲S.九層塔	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米Q.紅蘿蔔Q.馬鈴薯Q		6.2.2.2.8 5.8.4.7.7				
6 / 10	五	麥片飯	葡式香料雞排 燒：雞排S	麻婆豆腐 燒：豆腐.絞肉S	蛋酥高麗 炒：高麗菜Q.木耳Q.蛋Q	有機 蔬菜	鮮筍雞湯 筍Q.雞丁S		6.2.2.2.8 6.8.3.8.6				
6 / 13	一	白飯	壽喜燒肉柳 燒：豬肉柳S.洋蔥Q	家常燒油腐 燒：油豆腐.木耳Q	絲瓜滑蛋 燒：絲瓜Q.紅蘿蔔Q.金耳菇Q.蛋Q	履歷 蔬菜	蘿蔔貢丸湯 白蘿蔔Q.貢丸S		6.2.1.2.8 8.8.5.9.4				
6 / 14	二	十穀飯	義式白醬魚 燒：鮭魚丁S.馬鈴薯Q	冬瓜燒肉末 燒：冬瓜Q.絞肉S	雞塊x3 炸：雞塊S	有機 蔬菜	酸辣湯 筍Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.豆腐		6.2.2.2.8 5.8.4.8.1				
6 / 15	三	醬油 蛋炒飯	爆汁炸雞排 炸：雞排S	川香回鍋肉 炒：高麗菜Q.肉片S	黃芽鴻喜菇 炒：黃豆芽Q.鴻喜菇Q	季節 蔬菜	金耳蔬菜湯 白菜Q.金耳菇Q		6.2.2.2.8 6.8.3.7.1				
6 / 16	四	地瓜飯	糖醋咕咾肉 燒：豬肉丁S.洋蔥Q.彩椒Q	甜醬關東煮 燒：紅白蘿蔔Q.玉米Q.海帶結	敏豆肉絲 炒：敏豆T.肉絲S	有機 蔬菜	綠豆粉圓 綠豆.粉圓		6.2.2.2.8 5.8.4.7.7				
6 / 17	五	白飯	三杯雞 燒：雞丁S.九層塔	蜜汁芝麻黑干 燒：黑豆干.白芝麻	蒲瓜肉片 燒：蒲瓜Q.紅蘿蔔Q.肉片S	有機 蔬菜	沙茶鮮肉羹 白菜Q.木耳Q.豬肉絲S		6.2.2.2.8 5.8.4.9.6				
6 / 20	一	小米飯	海南雞丁 燒：小瓜Q.雞丁S	砂鍋獅子頭 燒：高麗菜Q.獅子頭S	醬爆干絲 炒：海帶絲.干絲.肉絲S	履歷 蔬菜	紅麵線湯 紅麵線.木耳Q.豬肉絲		6.2.2.2.8 5.8.2.9.1				
6 / 21	二	白飯	筍干燉肉 燒：筍干.豬肉丁S	番茄炒蛋 炒：番茄Q.蛋Q	鮮菇燒大瓜 燒：大瓜Q.香菇Q	有機 蔬菜	奶香巧達湯 馬鈴薯Q.玉米Q.洋蔥Q		6.2.2.2.8 6.9.3.6.4				
6 / 22	三	台式炒麵	BBQ醬燒肉末 燒：洋蔥Q.絞肉S	椒鹽地瓜條+玉米餅 炸：地瓜條Q.玉米餅S	脆炒結頭菜 炒：結頭菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	季節 蔬菜	酸菜杏菇湯 酸菜.杏鮑菇Q		6.2.2.2.8 6.8.4.7.4				
6 / 23	四	蕎麥飯	黑椒燒魚丁 燒：水鯊魚丁S.洋蔥Q	客家小炒 炒：豆干片.芹菜Q.肉絲S	一品佛跳牆 燒：白菜Q.木耳Q.鳥蛋Q	有機 蔬菜	柴魚蔬菜湯 高麗菜Q.金耳菇Q.柴魚片		6.2.2.2.8 6.8.2.7.9				
6 / 24	五	白飯	義式茄汁雞 燒：雞丁S.番茄Q.洋蔥Q	白醬洋芋 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.毛豆S	蒜香花椰 炒：花椰菜S.蒜頭	有機 蔬菜	薏米肉片湯 冬瓜Q.小薏仁.豬肉片		6.2.2.2.8 7.8.3.9.7				
6 / 27	一	紫米飯	宮保雞丁 燒：雞丁S.洋蔥Q	玉米炒蛋 炒：玉米粒Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	洋蔥炒肉絲 炒：洋蔥Q.肉絲S	履歷 蔬菜	御膳雞湯 冬瓜Q.雞丁S.當歸.枸		6.2.2.2.8 6.8.3.8.6				
6 / 28	二	白飯	鍋燒鮮魚 燒：水鯊魚丁S.豆薯Q	干丁肉燥 燒：豆干丁.絞肉S	香蒜炒敏豆 炒：敏豆T.紅蘿蔔Q.蒜頭	有機 蔬菜	金針湯 乾金針.金耳菇Q		6.2.2.2.8 5.8.2.9.1				
6 / 29	三	香蔥 肉絲炒飯	海苔炸雞翅 炸：雞翅S	小瓜炒肉片 炒：小瓜Q.紅蘿蔔Q.肉片S	麻辣滷味燙 燒：白蘿蔔Q.海帶結.百頁豆腐	公糧 回饋 有機 蔬菜	黃金南瓜湯 南瓜Q.玉米Q.蛋Q	水果	6.2.2.2.8 6.8.3.7.1				
6 / 30	四	白飯	泡菜燒肉 燒：豬肉片S.泡菜	高麗粉絲煲 炒：高麗菜Q.紅蘿蔔Q.冬粉	塔香海茸 燒：海茸.豬肉絲S.九層塔	有機 蔬菜	黑輪大根湯 白蘿蔔Q.黑輪丁S		6.2.2.2.8 5.8.3.8.9				

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：沈凱瑄、葉亭好、張韻瑩 供應豆奶、6/29(三)公糧回饋水果

HACCP食品認證中央廚房餐盒工廠

桃園市八德區和成路47號 (03)375-3939

GOOD!



裕民田精緻午餐

桃園國中
111年6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)	五供 (份)	蔬食 (份)	海味 (份)	熱量 (kcal)
★ 6/1	三	烏龍炒麵	洋芋燉肉 C肉丁, Q洋芋, Q紅蘿蔔/燉	韭菜銀芽 Q豆芽, Q韭菜, Q紅蘿蔔/炒	貢丸白玉煮 C貢丸, Q蘿蔔, Q紅蘿蔔/煮	季節蔬菜	起司巧達湯 C玉米, 起司, Q蛋	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/2	四	白米飯	卡拉脆脆雞 C雞肉/炸	彩繪花椰 C花椰/炒	玉米洋芋 C玉米, Q洋芋, C毛豆/炒	有機蔬菜	紅豆芋圓 Q紅豆, 芋圓	6 5	2 8	2 2	2 8	8 46
6/3	五	~端午節放假一天~										
★ 6/6	一	白米飯	糖醋魚丁 Q鮭魚丁/燒	塔香甜不辣 九層塔, 甜不辣/燒	麻婆豆腐 蔥, 豆腐/煮	產銷履歷蔬菜	時蔬肉片湯 Q高麗菜, C肉片	6 8	2 6	2 1	2 8	8 50
★ 6/7	二	胚芽Q飯	黑胡椒豬排 C豬排/燒	麻辣燙 Q時蔬, 百頁, Q金針菇, 麵/煮	金黃乳酪蛋 起司, Q紅蘿蔔, Q蛋, Q洋蔥/炒	有機蔬菜	和風蘿蔔湯 Q蘿蔔, 豆腐	6 5	2 5	2 2	2 8	8 24
★ 6/8	三	義大利麵 (蔬食日)	奶香絞肉煲 Q香腸, C絞肉, Q洋芋/煮	紅燒板豆腐 板豆腐/燒	蒜香竹筍 蒜, 竹筍/炒	季節蔬菜	鮮蒲瓜湯 Q蒲瓜	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/9	四	紫米飯	泡菜燒肉 泡菜, Q高麗菜, C豬肉/煮	麥克雞塊*2 C雞塊/炸	夜市滷味燙 豆干, 素肚/滷	有機蔬菜	海鮮濃湯 素蝦絲, 海苔, Q蛋	6 6	2 6	2 3	2 8	8 41
★ 6/10	五	白米飯	迷迭雞腿排 C雞腿排/燒	日式咖哩 Q紅蘿蔔, Q洋芋/煮	醬拌木耳脆瓜 Q黃瓜, Q木耳/煮	有機蔬菜	養生肉骨茶 Q蘿蔔, 肉骨茶包, C豬肉	6 5	2 7	2 0	3 0	8 43
★ 6/13	一	白米飯	開胃筍燒扣肉 筍, C豬肉/滷	芝香豆干塊 芝麻, 豆干, 海苔/滷	香煎菜頭粿 蘿蔔糕/煎	產銷履歷蔬菜	白玉珍珠湯 Q蘿蔔, C玉米	6 6	2 7	2 0	2 8	8 41
★ 6/14	二	麥片飯	蜜燒翅小腿*2 C翅小腿/燒	家常滷白菜 Q大白菜, Q蛋, Q香菇絲, Q木耳/煮	泰式打拋肉 九層塔, Q番茄, C絞肉, 干丁/煮	有機蔬菜	鮮筍肉片湯 Q鮮筍, C豬肉	6 5	2 7	2 2	2 8	8 39
★ 6/15	三	古早肉燥飯	鐵路里肌排 C里肌/燒	青蔥菜脯炊蛋 Q蛋, 菜脯, 蔥/炒	豆皮高麗菜 豆皮, Q高麗菜/煮	季節蔬菜	薑絲冬瓜湯 Q冬瓜, Q香菇	6 5	2 6	2 2	3 0	8 40
★ 6/16	四	地瓜飯	塔香蠔油三杯雞 C雞丁, Q蘿蔔, 九層塔/燒	可樂餅 C可樂餅/烤	金針絲瓜 絲瓜, 金針菇, 紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	綠豆粉圓 綠豆, 粉圓	6 5	2 5	2 1	2 8	8 21
★ 6/17	五	白米飯	酥炸海鮮排 C海鮮排/炸	韭菜炒干 韭菜, 豆干, 絞肉/炒	咖哩燉洋芋 Q紅蘿蔔, Q洋芋/煮	有機蔬菜	豆薯雞湯 Q豆薯, C雞丁	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/20	一	燕麥飯	香燒雞翅 C雞翅/燒	日式關東煮 油豆腐, Q蘿蔔/煮	玉米火腿蛋 C玉米, C火腿, Q蛋/炒	產銷履歷蔬菜	羅宋湯 Q高麗菜, Q金針, Q香菇	6 8	2 5	2 0	3 0	8 49
★ 6/21	二	小米香飯	沙茶豬肉煲 沙茶, C肉排, Q豆干/燒	海帶拌干絲 海帶絲, 白干絲, Q紅絲/拌	遊龍鍋貼 C鍋貼/煎	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌, 豆腐	6 5	2 8	2 1	3 0	8 53
★ 6/22	三	蘑菇雞飯 (蔬食日)	地瓜什錦鮮蔬 C地瓜, Q嫩豆, Q香菇/炸	麻辣滷味 豆干, 素肚/滷	秀珍蒲瓜 Q秀珍菇, Q蒲瓜/煮	季節蔬菜	韓式豆芽湯 昆布, Q豆芽	6 6	2 6	2 0	3 0	8 42
★ 6/23	四	雜糧飯	甜蜜醬魚排 虱目魚排/燒	枸杞絞肉煲(絞肉多) 枸杞, C絞肉, Q冬瓜/煮	蒜蓉黑豆干 蒜, 豆干/滷	有機蔬菜	金黃濃湯 C玉米, Q蛋, Q紅蘿蔔	6 5	2 6	2 2	2 8	8 31
★ 6/24	五	白米飯	香菇白玉雞丁 Q香菇, C雞丁, Q蘿蔔/煮	塔香三杯豬 C絞肉, 九層塔, 干丁/燒	蝦香高麗 蝦皮, Q高麗, Q紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜, C肉片	6 6	2 8	2 1	3 0	8 60
★ 6/27	一	蕎麥Q飯	和風里肌排 C里肌排/燒	肉絲炒干片 豆干, C肉絲/炒	杏鮑佛手瓜 Q杏鮑菇, Q佛手瓜, Q紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜, Q蛋	6 8	2 5	2 0	3 0	8 49
★ 6/28	二	白米飯	台灣鹽酥魚 鮭魚丁/炸	脆炒西蘭花 C花椰菜/炒	時蔬Q丸 Q大白菜, C豬肉丸/煮	有機蔬菜	蘿蔔肉片湯 Q蘿蔔, C肉片	6 7	2 6	2 2	3 0	8 54
★ 6/29	三	豬肉乾拌麵	胡椒雞腿排 C雞腿排/燒	西紅柿炒蛋 Q蛋, 洋蔥, Q番茄/炒	毛豆燒腐 C毛豆, 豆腐/煮	公證回饋有機蔬菜	竹筍排骨湯 筍, C排骨	水果 6 6	2 8	2 0	3 0	8 57
★ 6/30	四	白米飯	傳統滷肉角 Q紅蘿蔔, Q蘿蔔, C肉角/滷	海鮮燒捲 C海鮮捲/燒	鐵板炒芽 黑胡椒, Q豆干, Q紅絲/炒	有機蔬菜	沙茶腐羹湯 Q金針菇, Q紅蘿蔔, Q蛋, 豆腐	6 8	3 0	2 0	2 8	8 77

★ 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22號





端午節快

營養師 劉容均

★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



111年6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	全蛋	豆魚	蔬菜	油脂	熱量
6/1	三	古早味油飯	五香滷豆干 燒：豆干	玉米燒油腐 燒：白蘿蔔Q.玉米Q.油豆腐	大瓜百匯 燒：大瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	彩燴花椰 炒：花椰菜S.彩椒Q	蜜汁地瓜 燒：地瓜Q	季節蔬菜	和風豆薯湯 豆薯Q.紅蘿蔔Q		6.6	861
6/2	四	白飯	墨西哥炸豆包 炸：豆包	雙色山藥 燒：白紫山藥Q	腐皮白菜滷 燒：白菜Q.紅蘿蔔Q.角螺	蠔油萵苣 炒：萵苣Q.金耳菇Q	辣炒碎脯 炒：碎脯.辣椒	有機蔬菜	紅豆芋圓 紅豆T.芋圓		6.5	847
6/3-6/5端午節連假三日												
6/6	一	白飯	味噌百頁 燒：白蘿蔔Q.百頁豆腐	豆瓣香干片 炒：豆干片.高麗菜Q	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜Q.紅蘿蔔Q	清炒莧菜 炒：莧菜Q	芝麻牛蒡絲 炒：芝麻牛蒡絲	履歷蔬菜	薑絲紫菜湯 紫菜.薑絲		6.6	860
6/7	二	糙米飯	鐵板豆腐 燒：豆腐.甜豆Q	咖哩洋芋 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q	竹筍三絲 炒：筍Q.木耳Q.素肉絲	彩燴西芹 炒：西芹Q.紅蘿蔔Q	香菇滷海結 燒：海帶結.乾鈕扣菇	有機蔬菜	日式味噌湯 豆腐.味噌		6.5	847
6/8	三	洋菇白醬麵	豆皮筍菜捲 燒：豆皮筍菜捲	彩椒素雞 炒：素雞.彩椒Q	紅絲花椰 炒：花椰菜S.紅蘿蔔Q	小瓜玉米筍 炒：小瓜Q.玉米筍Q	相思豆沙包 蒸：65G豆沙包S	季節蔬菜	大滷湯 金耳菇Q.木耳Q.角螺		6.6	858
6/9	四	白飯	醬爆麵腸 燒：麵腸	田園四喜 炒：玉米Q.紅蘿蔔Q.豆干丁	三杯菜豆 燒：菜豆Q.九層塔	枸杞雪裡紅 炒：雪裡紅.枸杞	炸蔬菜丸子 炸：高麗菜Q.黑白芝麻	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米Q.紅蘿蔔Q.馬鈴薯Q		6.5	847
6/10	五	麥片飯	紅燒花干 燒：蘭花干	麻婆豆腐 燒：豆腐	雲耳高麗 炒：高麗菜Q.木耳Q	樹子龍鬚菜 炒：龍鬚菜Q.樹子	醋溜素腰花 燒：素腰花	有機蔬菜	鮮菇筍湯 筍Q.香菇Q		6.6	856
6/13	一	白飯	家常燒油腐 燒：油豆腐.木耳Q	花瓜素肉燥 燒：碎瓜.素肉	白果絲瓜 燒：絲瓜Q.紅蘿蔔Q.白果	金筍鴻喜菇 炒：鴻喜菇Q.玉米筍Q	薑絲芥藍 炒：芥藍Q.薑絲	履歷蔬菜	芹香蘿蔔湯 白蘿蔔Q.芹菜Q		6.8	854
6/14	二	十穀飯	義式燒豆腐 燒：豆腐.紅蘿蔔Q	冬瓜小油泡 燒：冬瓜Q.小油泡	木須美人腿 炒：茭白筍Q.木耳	脆炒青花菜 炒：青花菜S	栗香蓮藕 燒：蓮藕Q.栗子	有機蔬菜	酸辣湯 筍Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.豆腐		6.5	851
6/15	三	三色炒飯	椒鹽豆腸 燒：豆腸	白玉苦瓜封 燒：苦瓜Q.豆腐	黃芽鴻喜菇 炒：黃豆芽Q.鴻喜菇Q	豆豉糯米椒 炒：糯米椒Q.豆豉	素鍋貼 煎：素鍋貼	季節蔬菜	金耳蔬菜湯 白菜Q.金耳菇Q		6.6	851
6/16	四	地瓜飯	糖醋百頁 燒：百頁豆腐.彩椒Q	茼蒿麻辣燙 燒：紅白蘿蔔Q.茼蒿	鮮菇敏豆 炒：敏豆T.香菇Q	梅干筍絲 燒：筍Q.梅干菜	茶香滷素鵝 燒：素鵝片	有機蔬菜	綠豆粉圓 綠豆.粉圓		6.5	847
6/17	五	白飯	三杯素肚 燒：素肚.九層塔	蜜汁黑干 燒：黑豆干	紅片扁蒲 燒：扁蒲Q.紅蘿蔔Q	金耳地瓜葉 炒：地瓜葉Q.金耳菇Q	炸南瓜餅 炸：南瓜Q.黑白芝麻	有機蔬菜	沙茶雲菜羹 白菜Q.木耳Q		6.5	849
6/20	一	小米飯	椒麻豆包 燒：豆包	豆薯紅片 燒：豆薯Q.紅蘿蔔Q	醬爆干絲 炒：海帶絲.干絲	彩椒小瓜 炒：小瓜Q.彩椒Q	燒獅子頭 燒：素獅子頭	履歷蔬菜	紅麵線湯 紅麵線.木耳Q		6.5	851
6/21	二	白飯	筍干油腐 燒：筍干.油豆腐	番茄豆皮 燒：番茄Q.豆皮	鮮菇燒大瓜 燒：大瓜Q.香菇Q	蠔油青花 炒：青花菜S	豆瓣筍茸 燒：筍茸	有機蔬菜	巧達湯 玉米Q.紅蘿蔔Q		6.6	854
6/22	三	時蔬炒麵	BBQ醬素雞 燒：素雞片	白玉麵筋 燒：麵筋.白蘿蔔Q	脆炒結頭菜 炒：結頭菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	薑爆空心菜 炒：空心菜Q.薑絲	椒鹽地瓜條 炸：地瓜條Q	季節蔬菜	酸菜杏菇湯 酸菜.杏鮑菇Q		6.6	854
6/23	四	蕎麥飯	自製豆腐丸 燒：豆腐.玉米Q	客家小炒 炒：豆干片.芹菜Q	一品佛跳牆 燒：白菜Q.木耳Q.芋頭Q	塔香紫茄 炒：茄子Q.九層塔	滷海帶切 燒：海帶	有機蔬菜	金耳蔬菜湯 高麗菜Q.金耳菇Q		6.6	849
6/24	五	白飯	砂鍋豆腐煲 燒：豆腐.筍Q	白醬洋芋 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.毛豆S	枸杞花椰 炒：花椰菜S.枸杞	涼拌素雞片 炒：素雞片.木耳Q	和風秋葵 燒：秋葵Q	有機蔬菜	冬瓜薏米湯 冬瓜Q.小薏仁		6.7	839
6/27	一	紫米飯	醬爆黑干 燒：黑豆干	蓮子燒玉米 炒：玉米粒Q.紅蘿蔔Q.雪蓮子	鐵板銀芽 炒：豆芽菜Q.木耳Q	鮮菇小芥菜 炒：小芥菜Q.香菇Q	蔭豉甜椒 炒：彩椒Q.豆豉	履歷蔬菜	御膳燉湯 山藥Q.當歸.枸杞		6.6	856
6/28	二	白飯	蜜汁燒烤麩 燒：烤麩.豆薯Q	干丁素肉燥 燒：豆干丁.素肉	紅絲菜豆 炒：敏豆T.紅蘿蔔Q	木須筍片 炒：筍Q.木耳Q	蜜汁紫芋 燒：芋頭Q	有機蔬菜	金針湯 乾金針.金耳菇Q		6.5	851
6/29	三	香椿炒飯	黑胡椒豆腸 燒：豆腸	小瓜干片 炒：小瓜Q.紅蘿蔔Q.豆干片	甜醬關東煮 燒：白蘿蔔Q.玉米Q.海帶結	醃豆美白菇 炒：醃豆Q.美白菇Q	炸牛蒡絲餅 炸：牛蒡Q.黑白芝麻	公糧回饋有機蔬菜	黃金南瓜湯 南瓜Q.紅蘿蔔Q	水果	6.6	851
6/30	四	白飯	照燒豆腐 燒：豆腐	高麗粉絲煲 炒：高麗菜Q.紅蘿蔔Q.冬粉	醬香海茸 燒：海茸.金耳菇Q	泡菜年糕 燒：泡菜.白菜Q.年糕	五香麵輪 燒：麵輪	有機蔬菜	大根素丸湯 白蘿蔔Q.素丸		6.5	849

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：沈凱瑄、葉亭好、張韻瑩 6/29(三)公糧回饋水果

裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中111年6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 類(份)	豆魚 肉蛋類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂類 (份)	熱量 (KCAL)
6/1	三	高麗菜炊飯	香烤素鱈魚 素鱈魚排/燒	鮮菇瓠瓜 美白菇0. 瓠瓜0/煮	香酥番薯片 番薯0/炸	麻婆豆腐 豆腐/燒	豆醬桂筍 桂竹筍/炒	季節蔬菜	蘿蔔湯 山蘿蔔	6.5	2.5	2.5	3	840
6/2	四	白米飯	白鑽蜜汁黑干 芝麻、黑豆干/燒	木須黃瓜 大黃瓜0. 木耳0/煮	番茄高麗 番茄0. 高麗0/炒	香滷麵筋 麵筋、蘿蔔0/滷	紅燒苦瓜 苦瓜0/燒	有機蔬菜	紅豆芋圓 T紅豆 芋圓	6.1	2.5	2.8	3	841
6/3	五	6/3(五)端午節放假一日												
6/6	一	白米飯	豆豉燒花干 豆豉、蘭花干/燒	香燴玉米粒 玉米S. 洋芋0. 紅蘿蔔0/煮	紅燒冬瓜煲 冬瓜0/煮	宮保凍豆腐 凍豆腐/煮	麻油絲瓜 麻油、絲瓜0/炒	產銷履歷蔬菜	金耳豆薯湯 金針菇0. 豆薯0	6.5	2.1	2.8	2.9	836
6/7	二	胚芽Q飯	沙茶豆干塊 豆干/燒	菇炒蘿蔔 白蘿蔔0. 鮑魚菇0/燒	沙茶小瓜 小黃瓜0. 紅蘿蔔0/炒	紅燒鮮筍 鮮筍0/炒	砂鍋白菜滷 太白菜0. 芋頭0/煮	有機蔬菜	羅宋湯 番茄0. 高麗菜0	6.1	2.1	2.7	2.7	817
6/8	三	義大利麵	五味脆皮豆腐 豆腐/燒	玉米脆餅 玉米餅S/炸	豆豉炒長豆 豆豉、長豆0. 蘿蔔0/炒	客家小炒 豆干、素肉絲、芹0/炒	紅醬洋芋 洋芋0. 紅蘿蔔0/煮	季節蔬菜	蒲瓜枸杞湯 蒲瓜0. 枸杞	6.6	2.5	2.5	3	847
6/9	四	紫米飯	芝麻燒麵腸 白芝麻、麵腸/燒	清炒花椰 青花菜S/炒	黑椒菇菇銀芽 豆芽0. 美白菇0/燒	茼蒿結頭菜 香葉、結頭菜0/拌	塔香百頁 九層塔、百頁/炒	有機蔬菜	新竹米粉湯 米粉、香菇0. 芹0	6.6	2.5	2.5	2.8	838
6/10	五	白米飯	三杯油腐 九層塔、油豆腐/滷	醬炒鮑菇 西芹0. 杏鮑菇0/燒	炒油片絲 青椒0. 油片絲/炒	紅燒麵輪 麵輪/滷	蜜酥南瓜 南瓜0/燒	有機蔬菜	貴族巧達湯 玉米S. 紅蘿蔔0	6.5	2.6	2.1	2.8	836
6/13	一	麥片飯	麻婆豆腐 豆腐/燒	滷味素雞 素雞/滷	金針燴花瓜 絲瓜0. 金針菇0/炒	醬燒蘿蔔塊 紅蘿蔔0. 白蘿蔔0/燒	炒地瓜葉 地瓜葉0/炒	產銷履歷蔬菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜0. 薏仁	6.5	2.1	2.5	3	833
6/14	二	糙米飯	蜜燒豆腸 豆腸/燒	芋頭燒玉米 玉米S. 芋頭0/煮	炒湯匙菜 青江菜0/炒	素蒼蠅頭 香菇0. 干丁/炒	南洋咖哩 洋芋0. 紅蘿蔔0/煮	有機蔬菜	日式海帶湯 海帶芽	6.5	2.5	2.1	3	838
6/15	三	麻油炒飯	嫩豆腐燒 大嫩豆腐/燒	紫米糕捲 紫米糕捲/炸	木耳烤麩 木耳0. 烤麩/燒	鐵板茄子 素肉絲、茄子0/燒	炒空心菜 空心菜0/炒	季節蔬菜	鮮筍湯 鮮筍	6.6	2.5	2.8	3	855
6/16	四	小米香飯	大溪黑豆干 黑豆干/滷	鮮味佛手瓜 佛手瓜0. 秀珍菇0/炒	溜醋麵腸 麵腸/炒	紅燒大頭菜 大頭菜0/燒	枸杞南瓜燒 枸杞、南瓜0/燒	有機蔬菜	綠豆粉圓 綠豆 粉圓	6.1	2.6	2.8	2.8	839
6/17	五	白米飯	醬燒豆包 豆包/燒	彩椒長豆 彩椒0. 長豆0/炒	鮮炒豆薯 豆薯0/炒	榨菜三絲 榨菜絲、紅蘿蔔0. 芹菜0/炒	蜜汁四分干 四分干/滷	有機蔬菜	鮮黃瓜湯 大黃瓜0	6.1	2.5	2.6	3	836
6/20	一	薏仁米飯	紅燒花干 蘭花干/燒	三杯蜜燒地瓜 九層塔、地瓜0/燒	翠炒小白 小白菜0/炒	蕃茄豆腐 蕃茄0. 豆腐/炒	梅干燒瓜 梅干、苦瓜0/燒	產銷履歷蔬菜	迪化麵線湯 木耳0. 紅麵線、紅蘿蔔0	6.6	2.3	2.7	2.9	833
6/21	二	白米飯	嫩煎豆腐 板豆腐/燒	金針菇菜瓜 絲瓜0. 金針菇0/煮	紅絲炒白干 白干絲、紅蘿蔔0/炒	筍香麵輪 筍、麵輪/滷	咖哩馬鈴薯 馬鈴薯0. 紅蘿蔔0. 毛豆S/煮	有機蔬菜	山藥薏仁湯 山藥0. 薏仁	6.6	2.5	2.6	2.8	841
6/22	三	什錦燴麵	牛蒡絲排 牛蒡排/燒	香燴扁蒲 扁蒲0/煮	醬炒萵苣 萵苣0/炒	紅燒白玉 蘿蔔0. 紅蘿蔔0/煮	蜜汁豆腸 芝麻、豆腸/燒	季節蔬菜	鮮白菜湯 大白菜0	6.6	2.5	2.7	3	852
6/23	四	燕麥飯	素沙茶百頁 百頁/燒	螞蟻上樹 高麗菜0. 冬粉/炒	麻醬干丁 干丁、小黃瓜0/燒	菜豆炒涼薯 菜豆0. 豆薯0/炒	蔬菜水餃 蔬菜水餃/炸	有機蔬菜	結頭菜湯 結頭菜0	6.1	2.7	2.1	2.7	832
6/24	五	白米飯	木耳四角油腐 木耳0. 油豆腐/煮	鮮味刺瓜 紅蘿蔔0. 刺瓜0/煮	芝麻海根 芝麻、海根/燒	紅燒燴茄 茄子0/燒	炒油菜 油菜0/炒	有機蔬菜	冬瓜湯 薑、冬瓜0	6.1	2.1	2.6	3	828
6/27	一	蕎麥Q飯	紅燒豆腸 豆腸/燒	西芹醬菇菇 西芹0. 杏鮑菇0/炒	港式蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	香滷麵筋 麵筋/滷	客家桂筍 桂竹筍/炒	產銷履歷蔬菜	南瓜濃湯 南瓜0. 紅蘿蔔0	6.6	2.1	2.5	2.8	831
6/28	二	白米飯	麻油燒豆腐 豆腐/燒	薑炒菠菜 薑、菠菜0/炒	酸甜黑木耳 木耳0/燒	香草洋芋 洋芋0. 紅蘿蔔0/燒	夜市滷味燙 香菇0. 素肚/燒	有機蔬菜	素肉骨茶湯 蘿蔔0. 素肉骨茶包	6.1	2.7	2.5	2.8	839
6/29	三	香椿炒飯	鹽酥素雞丁 九層塔、素雞丁/炸	枸杞絲瓜 枸杞、絲瓜0/炒	玉米毛豆 玉米S. 紅蘿蔔0. 毛豆S/炒	蜜燒百頁 百頁/煮	香拌干絲 芹0. 白干絲	季節蔬菜	佛手瓜湯 佛手瓜0	6.6	2.5	2.1	3	845
6/30	四	白米飯	五香小方干 豆干/滷	蔬菜甜椒 甜椒0. 豆薯0/炒	九香紫茄 紫茄0. 九層塔/燒	宮保甘藍 甘藍0/炒	紅燒烤麩 烤麩、紅蘿蔔0/燒	有機蔬菜	菇菇火鍋湯 金針菇0. 高麗菜0	6.3	2.8	2.1	3	846

*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

