



歡迎轉型時樣象防偽，QRcode 一掃解決
 防偽編號：D000023

(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	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	全蛋	魚	豆	蔬	油	熱
8/30	白飯	金沙燒肉 燒：豬肉丁S.南瓜Q	金耳絲瓜滑蛋 炒：絲瓜Q.金針菇Q.蛋Q	茄汁天婦羅 炒：甜不辣T.西芹Q	有機蔬菜 薑絲昆布湯 海帶結.薑絲	6.7	2.9	2.2	2.7	8.6	3
8/31	台式炒麵	卡拉香雞排 炸：雞排S	65G銀絲捲 蒸：銀絲捲S	彩蔬長豆 炒：長豆Q.彩椒Q.豆包絲	履歷蔬菜 金針肉絲湯 乾金針.肉絲S	6.6	2.8	2.1	2.9	8.5	5
9/1	糙米飯	南洋咖哩魚丁 燒：水鯊丁Q.馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q	炸醬干丁肉燥 滷：豆干丁.絞肉S	脆炒花椰菜 炒：花椰菜S.紅蘿蔔Q	有機蔬菜 綠豆小薏仁 綠豆.小薏仁	6.7	2.8	2.1	2.7	8.5	3
9/2	白飯	蜜烤翅小腿x2 烤：翅小腿S	小瓜炒肉片 炒：小瓜Q.洋蔥Q.豬肉片S	蛋酥高麗 炒：高麗菜Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	有機蔬菜 香菇豆腐羹 豆腐.香菇Q.肉絲S	6.5	2.9	2.4	2.7	8.5	4
9/5	麥片飯	沙茶燒肉柳 炒：豬肉柳S.洋蔥Q.青蔥	麻婆豆腐 燒：豆腐.絞肉S.毛豆S	韭香芽菜 炒：豆芽菜Q.木耳Q.韭菜Q	履歷蔬菜 玉米濃湯 玉米Q.紅蘿蔔Q.馬鈴薯Q	6.6	2.8	2.3	2.8	8.5	6
9/6	紅藜飯	馬鈴薯燉雞 燒：雞丁S.馬鈴薯Q.洋蔥Q	瓜仔肉燥 滷：絞肉S.碎瓜	蒜香敏豆 炒：敏豆T.紅蘿蔔Q.蒜頭	有機蔬菜 海芽味噌湯 海帶芽.味噌	6.6	2.8	2.4	2.7	8.5	4
9/7	香蔥肉燥飯	腰果炒百頁 炒：百頁豆腐.腰果	椒鹽地瓜條 炸：地瓜條Q	蒲瓜小丸子 燒：蒲瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.貢丸S	有機蔬菜 黃金南瓜湯 南瓜Q.洋蔥Q	6.6	2.8	2.2	2.9	8.5	8
9/8	白飯	深海鮮魚排 炸：魚排Q	菇菇歐姆蛋 炒：蛋Q.杏鮑菇Q.馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q	什錦滷味燙 滷：高麗菜Q.紅蘿蔔Q.金針菇Q.角螺	有機蔬菜 芹香蘿蔔湯 白蘿蔔Q.芹菜Q	6.6	2.8	2.3	2.8	8.5	6
9/9-9/11 中秋連假三日											
9/12	白飯	蒜泥白肉 炒：豬肉片S.小瓜Q.蒜頭	XO小魚豆干 炒：豆干片.洋蔥Q.小魚干	筍片赤肉羹 燒：筍Q.肉片S.木耳Q	履歷蔬菜 和風雞湯 豆薯Q.雞丁S	6.5	2.9	2.2	2.8	8.5	4
9/13	小米飯	鐵板嫩雞柳 炒：雞柳T.洋蔥Q.彩椒Q	海結滷油腐 滷：油豆腐.海帶結	肉燥高麗 炒：高麗菜Q.紅蘿蔔Q.絞肉S	有機蔬菜 番茄蛋花湯 番茄Q.蛋Q.青蔥	6.5	2.9	2.4	2.8	8.5	9
9/14	洋菇白醬麵	照燒甜醬豬排 燒：豬排S	莎莎醬甜條 炒：甜不辣S.洋蔥Q.番茄Q	一番玉米煮 煮：紅白蘿蔔Q.玉米Q	季節蔬菜 蔬菜豆腐湯 豆腐.高麗菜Q.木耳Q	6.7	2.8	2.2	2.7	8.5	6
9/15	五穀飯	塔香鹹酥雞 炸：雞丁S.九層塔	小蔥紅絲炒蛋 炒：紅蘿蔔Q.蛋Q.青蔥	脆炒雙耳 炒：木耳Q.乾白木耳.枸杞	有機蔬菜 紅豆紫米露 紅豆T.紫米	6.8	2.7	2.2	2.8	8.6	0
9/16	白飯	糖醋魚丁 燒：水鯊丁S.洋蔥Q.毛豆S	砂鍋白菜滷 滷：白菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	雞塊x2 炸：雞塊S	有機蔬菜 佛瓜肉片湯 佛手瓜Q.豬肉片S	6.5	2.9	2.3	2.9	8.6	1
9/19	紫米飯	爆炒三杯雞 炒：雞丁S.蒜頭.九層塔	毛豆甜蔥炒蛋 炒：蛋Q.洋蔥Q.毛豆S	沙茶四喜 炒：玉米Q.紅蘿蔔Q.豆干丁.絞肉S	履歷蔬菜 紅麵線湯 紅麵線.木耳Q.筍Q.肉絲	6.5	2.9	2.3	2.8	8.5	6
9/20	白飯	筍乾炆腳丁 滷：豬肉丁S.豬腳丁S.筍乾	五味嫩油腐 燒：油豆腐.蒜頭.香菜	小瓜麵腸 炒：小瓜Q.麵腸	有機蔬菜 蔬菜蛋花湯 高麗菜Q.蛋Q.香菇Q	6.5	2.9	2.3	2.7	8.5	2
9/21	沙茶蛋炒飯	彩蔬雞蓉 燒：雞絞肉T.洋蔥Q.西芹Q.紅椒Q	茶葉蛋 燒：白煮蛋S	肉燥白花椰 炒：豬絞肉S.白花椰S	季節蔬菜 羅宋湯 豆包.番茄Q.洋蔥Q	6.6	2.8	2.4	2.7	8.5	4
9/22	白飯	虱目魚塊x3 炸：虱目魚塊Q	韓式部隊鍋 煮：高麗菜Q.泡菜.年糕	蜜汁黑豆干 滷：黑豆干.白芝麻	有機蔬菜 巧達濃湯 馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.西芹	6.6	2.9	2.3	2.8	8.6	3
9/23	黑芝麻飯	椰漿咖哩雞 燒：雞丁S.馬鈴薯Q.洋蔥Q	蔬菜獅子頭 燒：獅子頭S.白菜Q	竹筍三絲 炒：筍Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜 日式豆腐湯 豆腐.味噌.柴魚片	6.7	2.9	2.3	2.7	8.6	6
9/26	白飯	BBQ醬烤肉片 炒：豬肉片S.洋蔥Q	金沙豆腐 燒：豆腐.南瓜Q	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜 元氣蔬菜湯 高麗菜Q.番茄Q.香菇Q	6.6	2.8	2.3	2.8	8.5	6
9/27	雜糧飯	義式白醬魚 燒：水鯊丁S.洋蔥Q.馬鈴薯Q	麥香雞堡 炸：香雞堡S	韓式拌黃芽 炒：黃豆芽Q.紅蘿蔔Q.肉絲S	有機蔬菜 肉骨茶湯 山藥Q.排骨丁S	6.6	2.9	2.2	2.9	8.6	5
9/28	什錦炒麵	粉嫩雞翅 滷：雞翅S	日式關東煮 煮：紅白蘿蔔Q.黑輪S	彩燴季豆 炒：敏豆T.彩椒Q.蒜頭	季節蔬菜 酸菜鮑菇湯 酸菜.杏鮑菇Q	6.6	2.8	2.4	2.8	8.5	8
9/29	薏仁飯	香菇燜肉 滷：豬肉丁S.香菇Q	香蔥菜脯蛋 炒：蛋Q.碎脯.青蔥	絲瓜粉絲煲 燒：冬粉.絲瓜Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜 玉米海帶湯 玉米Q.海帶結	6.7	2.8	2.3	2.8	8.6	3
9/30	白飯	日式親子丼 煮：雞肉柳T.洋蔥Q.蛋Q.柴魚片	打拋肉醬 燒：絞肉S.洋蔥Q.番茄Q.九層塔	西芹鵝鶩 燒：西芹Q.鵝鶩	有機蔬菜 薑絲燉湯 白蘿蔔Q.肉片S.薑絲	6.5	2.9	2.3	2.6	8.4	7

裕民田精緻午餐

桃園國中
111年8-9月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全穀雜糧 (份)	豆蛋肉 (份)	蔬菜類 (份)	海鮮類 (份)	熱量 (kcal)
★ 8/30	二	燕麥飯	洋芋燉肉 C肉丁, 0洋芋, 0紅蘿蔔/燉	菇菇蒲仔 0香菇, 0蒲瓜/煮	塔燒甜不辣 九層塔, T甜不辣/燒	有機蔬菜	福菜肉絲湯 福菜, 粉絲, C肉絲	6 .5	2 .6	2 .3	2 .8	8 3 4
★ 8/31	三	烏龍炒麵	卡滋雞米花 C雞肉/炸	醬拌肉燥丁 C絞肉, 豆干/煮	韭菜炒銀芽 0豆芽菜, 0韭菜, 0紅蘿蔔/炒	產銷履歷蔬菜	時蔬蛋花湯 0高麗菜, 0蛋	6 .5	2 .5	2 .3	3 0 5	8 3 5
★ 9/1	四	小米香飯	酸辣魚排 T虱目魚, 蒜, 辣椒/燒	青蔥菜脯燉蛋 0蛋, 菜脯, 蔥/炒	D丸燉時蔬 0大白菜, C豬肉丸/燉	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆, 0Q	6 .6	2 .7	2 .0	2 .8	8 4 1
★ 9/2	五	白米飯	鹽燒雞腿排 C雞腿排/燒	西芹百頁燒 西芹, 百頁/燒	香燻桂竹筍 桂竹筍/燻	有機蔬菜	暖暖肉骨茶 0豆腐, 肉骨茶包, C豬肉	6 .5	2 .6	2 .0	3 0 5	8 3 5
★ 9/5	一	白米飯	蔥爆魚塊 0鮑魚丁, 0洋葱, 蔥/炒	海結豆干塊 芝麻, 豆干, 海結/滷	波波玉米粒 C玉米, 0洋芋, 0紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	羅宋番茄湯 0高麗菜, 0金針, 0番茄	6 .7	2 .7	2 .0	2 .8	8 4 8
★ 9/6	二	麥片飯	香滷雞翅 C雞翅/滷	鮮炒大瓜 0大黃瓜, 0紅蘿蔔/煮	泰式打拋豬 九層塔, 0番茄, C絞肉, 干丁/煮	有機蔬菜	日式味噌湯 海芽, 豆腐	6 .6	2 .6	2 .2	2 .8	8 3 8
★ 9/7	三	香噴噴肉燥飯 (蔬食日)	絞肉油豆腐 絞肉, 油豆腐/炒	芋香滷白菜 0大白菜, 0蛋, 0芋頭, 0木耳/煮	地瓜什錦鮮蔬 0地瓜, T敏豆, 0香菇/炸	季節蔬菜	薑絲冬瓜湯 0冬瓜, 0香菇	6 .5	2 .7	2 .1	2 .8	8 3 6
★ 9/8	四	地瓜飯	南洋咖哩雞 C雞丁, 0洋芋, 0紅蘿蔔/煮	脆炒花椰 C花椰菜/炒	奶油布丁酥 C布丁酥/烤	有機蔬菜	港式酸辣湯 鴨絲, 豆腐, 0紅蘿蔔, C肉絲	6 .6	2 .6	3 .0	3 0 7	8 6 7
9/9	五	~中秋節連假~										
★ 9/12	一	蕎麥0飯	紅燒滷肉角 鴨干, C肉角/滷	金針絲瓜 0絲瓜, 0金針菇, 0紅蘿蔔/煮	毛豆腐燒 C毛豆, 豆腐, 紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	白玉珍珠湯 0蘿蔔, C玉米	6 .6	2 .5	2 .0	3 0 5	8 3 5
★ 9/13	二	白米飯	胡椒雞腿排 C雞腿排/燒	金黃洋蔥蛋 0紅蘿蔔, 0蛋, 0洋葱/炒	蒜香炒筍 蒜, 筍/炒	有機蔬菜	時蔬肉片湯 0高麗菜, C肉片	6 .7	2 .6	2 .2	3 0 4	8 5 4
★ 9/14	三	豬肉拌麵	和風豬排 C里肌排/燒	醬燒木耳黃瓜 0黃瓜, 0木耳/煮	香煎蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	季節蔬菜	香菇雞湯 C雞肉, 0香菇	6 .6	2 .9	2 .0	2 .8	8 5 6
★ 9/15	四	胚芽0飯	塔燒三杯雞 雞丁, 米血, 九層塔/燒	肉絲炒干片 豆干, C肉絲/炒	黑椒炒芽 黑胡椒, 0豆芽, 0紅絲/炒	有機蔬菜	紅豆湯 T紅豆	6 .8	3 .0	2 .0	2 .8	8 7 7
★ 9/16	五	白米飯	脆皮海鮮大排 C海鮮排/炸	日式咖哩 0紅蘿蔔, 0洋芋/煮	敏豆香煸肉末 0敏豆, C絞肉	有機蔬菜	海芽濃湯 海芽, 0蛋	6 .5	2 .7	2 .0	3 0 3	8 4 3
★ 9/19	一	白米飯	夜市鹽酥雞 C雞胸/炸	麻婆豆腐 蔥, 豆腐/煮	肉燥茼蒿 0茼蒿, C絞肉/燙	產銷履歷蔬菜	芹香蘿蔔湯 0芹, 0蘿蔔	6 .6	2 .9	1 .9	2 .8	8 5 3
★ 9/20	二	燕麥飯	糖醋魚丁 0魚肉/燒	洋葱炒蛋 0洋葱, 0蛋, 0紅蘿蔔/炒	飄香麻辣燙 0高麗菜, 百頁, 0金針菇, 麵/煮	有機蔬菜	豆薯肉片湯 0豆薯, C肉片	6 .6	2 .9	2 .0	2 .8	8 5 6
★ 9/21	三	奶香 義大利麵 (蔬食日)	絞肉茄汁豆包 C絞肉, 豆包/炒	豆沙包60G C豆沙包/蒸	彩繪花椰 0紅蘿蔔, C花椰/炒	季節蔬菜	金針花菇湯 金針花, 0香菇	6 .6	2 .8	2 .2	2 .8	8 5 3
★ 9/22	四	紫米飯	泡菜燒肉 泡菜, 0高麗菜, C豬肉/煮	紅炒佛手瓜 0紅蘿蔔, 0佛手瓜/炒	雞塊地瓜條 C雞塊, 0地瓜/烤	有機蔬菜	玉米濃湯 C玉米, 0蛋, 0紅蘿蔔	6 .5	2 .6	2 .2	2 .8	8 3 1
★ 9/23	五	白米飯	吮指雞翅 C雞翅/燒	鐵板絞肉菇 0洋葱, 0杏鮑菇, C絞肉	木須凍腐 凍豆腐, 0木耳/燒	有機蔬菜	筍香肉片湯 筍, C豬肉	6 .7	2 .6	2 .1	3 0 2	8 5 2
★ 9/26	一	胚芽0飯	涮嘴香酥魚 0鮑魚丁/炸	蒜香黑干 蒜, 豆干/滷	番茄炒蛋 0蛋, 0洋葱, 0番茄/炒	產銷履歷蔬菜	廟口麵線湯 紅麵線, 0蘿蔔絲, 0紅絲	6 .8	2 .5	2 .0	3 0 9	8 4 9
★ 9/27	二	白米飯	壽喜燒肉 0高麗菜, C豬肉/煮	海帶拌干絲 海帶絲, 白干絲, 0紅絲/拌	毛豆玉米 0紅蘿蔔, C玉米, C毛豆/炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌, 豆腐	6 .5	2 .8	2 .1	3 0 3	8 5 3
★ 9/28	三	蠔板炒麵	香燒雞腿排 C雞腿排/燒	遊龍鍋貼 C鍋貼/煎	鮮炒高麗 蝦皮, 0高麗, 0紅蘿蔔/炒	季節蔬菜	豚肉甜玉米湯 0玉米, C豬肉, 0紅蘿蔔	6 .6	2 .6	2 .0	2 .8	8 3 3
★ 9/29	四	雜糧飯	蔥燒大排 C里肌排, 蔥/燒	冬瓜絞肉煲 枸杞, C絞肉, 0冬瓜/煮	杏菇大黃瓜 0杏鮑菇, 0大黃瓜, 0紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜, 0蛋	6 .5	2 .6	2 .2	2 .8	8 3 1
★ 9/30	五	白米飯	紅燒雞 C雞丁, 0高麗菜/炒	客家小炒 豆干, C肉絲, 0芹/炒	海鮮燒捲 C海鮮捲/燒	有機蔬菜	肉骨茶湯 0蘿蔔, 肉骨茶包, C豬肉	6 .5	2 .9	2 .1	3 0 0	8 6 0

★ 標示為三章—0申請日 / 營養師 林芊慧

*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 11.8-9月素食菜單

星期	日期	主食	今日主菜	美味副菜				季節湯品	午膳供應	午膳供應	午膳供應	午膳供應	午膳供應	
30	二	香Q白飯	干片小炒 豆干片-炒	蔬菜排 蔬菜排-煎	咖哩洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	翠炒敏豆 敏豆腐紅蘿蔔Q-炒	薑炒木須 木耳Q-炒	有線廣播	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q	6.9	2.5	2.2	3	858
31	三	香Q白飯	麻香凍豆腐 凍豆腐高麗菜Q豆管-煮	鐵板銀芽 豆芽菜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	香菇素肉燥 素絞肉香菇Q-燒	玉筍芹蔬 芹菜Q玉米筍Q肉絲-煮	素鰻片 素鰻片-燒	有線廣播	玉米濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q	6.7	2.5	2.2	3.3	850
1	四	燕麥飯	紅燒角腐 三角油腐木耳Q紅蘿蔔Q-燒	彩椒花椰 青花菜S甜椒Q-煮	炒鮮筍 鮮筍Q素肉絲-炒	蜜燒芋薯 芋頭Q地瓜Q-燒	鮮菇扁蒲 扁蒲Q香菇Q-煮	有線廣播	綠豆粉圓湯 綠豆粉圓湯	7	2.5	2.3	3.1	875
2	五	五穀米飯	鮑菇烤麩 烤鮑菇魚絲Q毛豆Q-煮	芝麻牛蒡絲 牛蒡Q芝麻-炒	金菇絲瓜 絲瓜Q金針菇Q-煮	翠炒時蔬 空心菜Q-炒	炸醬干丁 紅蘿蔔Q干丁素絞肉-煮	有線廣播	白玉海結湯 海帶結	6.5	2.5	2.3	3	835
5	一	紫米飯	沙茶燒豆干 豆干-燒	白菜滷 大白菜Q紅蘿蔔Q木耳Q-煮	甜椒雙色 甜椒Q肉絲-炒	素火腿片 素火腿片-煎	枸杞山藥 山藥Q-煮	有線廣播	金耳佛手湯 佛手瓜Q金針菇Q	6.5	2.6	2.2	3	841
6	二	胚芽米飯	素滷雙味 素肚素雞片-油	彩繪什錦 冬瓜Q金針菇Q紅蘿蔔Q毛豆Q-煮	薑炒地瓜葉 地瓜葉Q-炒	金黃白花 白花菜S紅蘿蔔Q-煮	雪蓮子麵筋 麵筋Q雪蓮子-煮	有線廣播	酸辣湯 豆腐紅蘿蔔Q木耳Q切丁	6.6	2.5	2.1	3	837
7	三	炒烏龍麵	京醬豆干 豆干-炒	糖醋蓮藕 蓮藕Q甜椒Q-炒	木須三絲 木耳Q紅蘿蔔Q素肉絲-炒	塔香海龍 海龍-煮	可樂餅 可樂餅S-炸	有線廣播	香菇蘿蔔湯 麵筋Q香菇Q	6.7	2.5	2	3.3	855
8	四	香Q白飯	塔香油腐 油豆腐-燒	大瓜炒菇 大黃瓜Q鮑魚絲Q-炒	香滷麵輪 麵輪紅蘿蔔Q-油	田園三色 玉米粒S毛豆Q紅蘿蔔Q-煮	鮮炒萵苣 大陸妹Q紅蘿蔔Q-炒	有線廣播	羅宋湯 高麗菜Q芹菜Q蕃茄Q	6.8	2.6	2.2	3.1	856
9	五	中秋節補休一天												
12	一	燕麥飯	醬燒豆包 豆包-燒	芝麻敏豆 敏豆腐紅蘿蔔Q芝麻-炒	紹子干丁 干丁香菇素絞肉-煮	木耳炒黃芽 黃豆芽Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	薑味南瓜 南瓜Q-煮	有線廣播	味噌湯 海帶芽	6.9	2.5	2.1	3	855
13	二	香Q白飯	茄汁豆腸 豆腐甜椒Q-燒	三杯芋薯 芋頭Q地瓜Q-燒	翠炒小瓜 小黃瓜Q玉米筍Q肉絲-炒	麻香什菇 香菇Q杏鮑菇Q秀珍菇Q-煮	腐竹油菜 油菜Q腐竹-炒	有線廣播	沙茶時蔬湯 高麗菜Q金針菇Q豆腐	6.8	2.6	2.2	3.2	878
14	三	香Q白飯	甜醬關東煮 蘿蔔Q油豆腐-煮	素雞腿 素雞腿-煮	翠綠芥藍 芥藍菜Q-炒	素炒麵腸 麵腸素雞腿T-燒	豉汁苦瓜 苦瓜Q-油	有線廣播	新竹米粉湯 米粉香菇Q芹菜Q	6.6	2.6	2	3.3	855
15	四	參片飯	豆豉豆腐 豆腐-煮	韓式泡菜 大白菜Q豆皮-煮	塔香紫茄 茄子Q-燒	金耳冬瓜 冬瓜Q金針菇Q-煮	沙茶空心菜 空心菜Q-炒	有線廣播	紅豆紫米湯 紅豆厚層 紫米	6.7	2.5	2.3	3	849
16	五	小米飯	夜市滷味 百頁豆腐干-油	椒炒花菜 白花菜S甜椒Q-炒	枸杞地瓜葉 地瓜葉Q-煮	香酥雞塊 素雞塊-炸	蠔香海根 海帶根-煮	有線廣播	刺瓜湯 大黃瓜Q	6.5	2.5	2.2	3.1	837
19	一	香Q白飯	芝麻蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	炒牛蒡 牛蒡Q紅蘿蔔Q-炒	玉筍翠蔬 大陸妹Q玉米筍Q-煮	椰香咖哩 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	腐竹絲瓜 絲瓜Q腐竹-炒	有線廣播	什穀湯 薏仁Q蓮子Q蓮藕	6.8	2.5	2.2	3	854
20	二	什穀米飯	燒嫩油腐 嫩油腐-燒	木須高麗 高麗菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	瓜仔素肉燥 素絞肉脆瓜T-油	西芹什錦 西芹Q肉絲Q-炒	芥菜腐皮絲 芥菜Q腐皮絲-炒	有線廣播	田園南瓜湯 南瓜Q紅蘿蔔Q	6.6	2.5	2.2	3	849
21	三	香Q白飯	鮮菇百頁 百頁豆腐香菇Q紅蘿蔔Q-煮	紅仁青花 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	椒鹽地瓜 地瓜Q-炸	海結雙味 海帶結麵筋-煮	素烤鮭魚 素烤鮭魚-煎	有線廣播	燕菁湯 結頭菜Q秀珍菇Q	6.7	2.6	2	3.1	854
22	四	燕麥飯	五柳豆包丁 豆包丁紅蘿蔔Q芹菜Q木耳Q-煮	雙色山藥 山藥Q素山藥Q甜椒Q-炒	打拋素肉 鮮筍Q豆腐Q素絞肉-煮	菇炒時瓜 小黃瓜Q素雞Q紅蘿蔔Q-炒	油燜筍 筍T-煮	有線廣播	雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.8	2.5	2	3.2	858
23	五	胚芽米飯	素花枝排 素花枝排-炸	茄汁豆腐 豆腐毛豆-煮	雪菜干丁 油菜Q干丁-炒	青椒素肉絲 素肉絲Q素肉絲-炒	芋香白菜 大白菜Q芋頭Q鮑魚絲Q-煮	有線廣播	金耳冬瓜湯 冬瓜Q金針菇Q	6.9	2.5	2.2	3.3	859
26	一	糙米飯	四喜烤麩 烤鮑菇Q鮑魚Q紅蘿蔔Q-煮	堅果玉米 玉米粒S紅蘿蔔Q-煮	筍香素肉燥 素絞肉筍T-油	芹香彩絲 芹菜Q木耳Q干絲-炒	沙茶素肚 素肚-燒	有線廣播	沙茶白玉湯 蘿蔔Q香菇Q	6.7	2.6	2.1	3	852
27	二	參片飯	香椿豆干 豆干毛豆Q紅蘿蔔Q-燒	薑炒芥藍 芥藍菜Q-炒	枸杞菇菇 秀珍菇Q鮑魚絲Q素雞絲Q-煮	牛蒡排 牛蒡排-煮	鮮炒蒲瓜 扁蒲Q木耳Q-炒	有線廣播	日式豆腐湯 豆腐	6.8	2.5	2.2	3.1	853
28	三	麻香炒飯	家常油腐 油豆腐紅蘿蔔Q木耳Q-煮	鮮炒合掌瓜 佛手瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	素茶鵝片 素茶鵝片-煮	滷味燙 高麗菜Q百頁豆腐Q豆皮-油	木須長豆 長豆Q木耳Q-炒	有線廣播	豆薯湯 豆腐Q金針菇Q豆皮	6.6	2.5	2.3	3.2	851
29	四	香Q白飯	塔燒麵腸 麵腸-燒	黃金什錦 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	銀芽三絲 豆芽菜Q素火腿Q-炒	醬燉苦瓜 苦瓜Q-煮	玉筍炒時蔬 小黃瓜Q玉米筍Q紅蘿蔔Q-炒	有線廣播	海結湯 海帶結	6.8	2.5	2.2	3.2	853
30	五	五穀米飯	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	和風白玉煮 蘿蔔Q香菇Q昆布捲-煮	茄汁藕片 蓮藕Q-燒	彩椒花椰 青花菜S甜椒Q-煮	紅燒茄子 茄子Q素絞肉-燒	有線廣播	珍菇大瓜湯 大黃瓜Q秀珍菇Q	6.9	2.5	2.1	3.1	842

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

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：9/16(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

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、葉亭妤、張韻瑩 9/16(五)供應豆奶

裕民田精緻午餐

素食便當

111年8-9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	全穀根莖類(份)	豆魚肉蛋類(份)	蔬菜類(份)	油脂與堅果類(份)	熱量(KCAL)
8/30	二	小米蒸飯	嫩煎豆腐 板豆腐/燒	清炒小黃瓜 小黃瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	枸杞南瓜燒 南瓜Q、枸杞/燒	紫米糕捲 紫米糕捲/炸	香燻桂筍 桂筍/燻	有機蔬菜	香菇羹湯 香菇Q、筍絲、紅蘿蔔Q	6.3	2.7	2.8	2.7	835
8/31	三	什錦麻油炒米粉	紅麴素肉排 紅麴素肉排/燒	杏鮑燒百頁 杏鮑菇Q、百頁/燒	黑椒豆芽 豆芽Q/炒	芝香海茸 海茸、芝麻/燒	脆炒馬鈴薯 洋芋Q、紅蘿蔔Q/炒	季節蔬菜	什錦蔬菜湯 番茄Q、高麗菜Q	6.2	2.8	2.6	3	844
9/1	四	胚芽米飯	木須燒烤魷 烤魷、木耳Q/燒	客家炒豆干 豆干、芹Q/炒	三杯地瓜 地瓜Q/煮	鮮炒青江菜 青江菜Q/炒	鮮炒扁蒲 扁蒲Q、紅蘿蔔Q/煮	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆Q	6.5	2.7	2.7	2.6	842
9/2	五	香甜米飯	薑汁芝麻豆包 薑、豆包、芝麻/燒	豆豉炒長豆 豆豉、長豆Q、豆豉Q/炒	玉米三喜 玉米Q、毛豆Q、紅蘿蔔Q/煮	薑絲素肚 薑、素肚/炒	西蘭花炒菇 香菇Q、西蘭花S/炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、味噌	6.3	2.8	2.6	2.6	833
9/5	一	麥片Q飯	香滷豆干 豆干/滷	咖哩洋芋 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	美白菇萵苣 萵苣Q、美白菇Q/燒	芋香白菜滷 芋頭Q、白菜Q、紅蘿蔔Q/煮	涼拌三絲 紅蘿蔔Q、海帶絲、白干絲/炒	產銷履歷蔬菜	香甜竹筍湯 竹筍Q	6.4	2.7	2.5	2.8	839
9/6	二	香甜米飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	宮保高麗菜 高麗菜Q/炒	銀芽干片 黃豆芽Q、豆干/炒	酸甜黑木耳 木耳Q/燒	彩繪豆薯 彩椒Q、豆薯Q/炒	有機蔬菜	新竹米粉湯 米粉、香菇Q、芹Q	6.5	2.6	2.6	2.7	837
9/7	三	香菇蔬菜烏龍麵	素虱目魚排 素虱目魚排/燒	番茄豆腐煲 番茄Q、豆腐/燒	梅干燒涼瓜 梅干、苦瓜Q/燒	芹香杏鮑菇 西芹Q、杏鮑菇Q/炒	螞蟻上樹 冬粉、高麗菜Q/炒	季節蔬菜	南瓜玉米湯 南瓜Q、玉米S	6.5	2.6	2.5	2.8	839
9/8	四	蕎麥米飯	四角油腐 木耳Q、紅蘿蔔Q、油豆腐/煮	鮮翠花椰 花椰菜S/炒	蘿蔔滷素雞 蘿蔔Q、素雞/燒	香酥可樂餅 可樂餅S/炸	紅燒冬瓜 冬瓜Q/煮	有機蔬菜	金針花湯 金針花、香菇Q	6.5	2.6	3	2.8	851
9/9	五	9/9(五)中秋節放假一日												
9/12	一	五穀飯	燒蜜黑干 黑豆干/燒	秀珍菇黃瓜 秀珍菇Q、黃瓜Q/炒	炒A菜 A菜Q/炒	沙茶凍豆腐 凍豆腐/煮	蜜燒番薯 九層塔、地瓜Q/燒	產銷履歷蔬菜	薑絲海帶湯 薑、海帶芽	6.4	2.9	2.5	2.8	854
9/13	二	香甜米飯	紅燒豆包 豆包/燒	鮮炒筍片 鮮筍Q/炒	白醬洋芋燒 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	枸杞小白菜 枸杞、小白菜Q/炒	蜜汁豆干 豆干/燒	有機蔬菜	素肉骨茶湯 蘿蔔Q、素肉骨茶包	6.3	2.8	2.6	2.8	842
9/14	三	高麗菜炊飯	牛蒡絲排 牛蒡絲排/燒	麻婆豆腐 豆腐、毛豆/煮	紅絲炒白干 白干絲、紅蘿蔔Q/炒	塔香茄子 九層塔、茄子Q/燒	炒白花菜 白花菜S/炒	季節蔬菜	枕瓜枸杞湯 枕瓜Q、薏仁	6.4	2.7	2.5	2.7	835
9/15	四	香甜米飯	紅燒蘭花干 蘭花干/燒	香煎蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	彩椒長豆 彩椒Q、長豆Q、蘿蔔Q/炒	醬燒萵苣 萵苣Q/燒	蜜燒百頁 百頁/煮	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆T	6.3	2.7	2.6	2.7	830
9/16	五	燕麥飯	燒脆皮豆腐 薑、豆腐/燒	塔香爆菇 九層塔、杏鮑菇Q、紅蘿蔔Q/煮	蠔油青江 青江菜Q/炒	酸菜麵腸 酸菜心、麵腸/燒	黑椒豆芽 豆芽Q/燒	有機蔬菜	香甜番麥湯 玉米Q、紅蘿蔔Q	6.2	2.7	2.7	2.8	830
9/19	一	香甜米飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	芋頭燒白菜 芋頭Q、白菜Q/煮	香菇燒冬瓜 香菇Q、冬瓜Q/燒	麻醬干丁 芝麻醬、干丁/燒	鮮嫩油菜 油菜Q/炒	產銷履歷蔬菜	紅麵線湯 紅麵線、木耳Q、紅蘿蔔Q、筍絲	6.3	2.8	2.7	2.5	831
9/20	二	地瓜絲飯	彩椒日式豆腐 彩椒Q、日式豆腐/燒	香酥番薯片 番薯Q/炸	紅燒茄子 九層塔、茄子Q/炒	薑絲素肚 薑、素肚/燒	洋芋繪玉米 洋芋Q、玉米S、紅蘿蔔Q/炒	有機蔬菜	豆薯珍珠湯 豆薯Q、玉米Q	6.3	2.6	2.5	2.8	825
9/21	三	香椿炒飯	素燴香菇排 香菇排/煮	紅燒麵輪 蘿蔔Q、麵輪/燒	燴花椰菜 青花菜S/燒	鮮味瓠瓜 紅蘿蔔Q、瓠瓜Q/炒	藥膳凍豆腐 凍豆腐、金針菇Q/煮	季節蔬菜	金針粉絲湯 金針Q、粉絲	6.5	2.8	2.5	2.8	854
9/22	四	香甜米飯	木耳四角油腐 木耳Q、油豆腐/煮	紅絲豆薯 紅蘿蔔Q、豆薯Q/炒	枸杞絲瓜 枸杞、絲瓜Q/炒	香菜素雞 素雞/燒	宮保杏鮑菇 紅蘿蔔Q、杏鮑菇Q/炒	有機蔬菜	酸菜筍片湯 酸菜、筍	6.5	2.9	2.6	2.8	864
9/23	五	紫米香飯	塔香四分干 九層塔、四分干/燒	塔香米糕 九層塔、米糕S/燒	羅宋高麗菜 番茄Q、高麗菜Q/炒	和風海帶絲 海帶絲/炒	三杯烤魷 烤魷/燒	有機蔬菜	蔬菜豆芽湯 海芽、豆芽Q	6.3	2.7	2.5	3	841
9/26	一	糙米香飯	薑汁豆包 薑、豆包/燒	日式咖哩 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	芋頭燒玉米 紅蘿蔔Q、芋頭Q、玉米S/炒	鐵板炒豆芽 豆芽Q/炒	香燒百頁 百頁/燒	產銷履歷蔬菜	鮮菇黃瓜湯 黃瓜Q、香菇Q	6.6	2.8	2.2	3	862
9/27	二	香甜米飯	日式豆腐燒 豆腐/燒	芋香白菜滷 芋頭Q、白菜Q、紅蘿蔔Q/煮	黑醋溜豆腸 豆腸/炒	蠔油萵苣 萵苣Q/炒	彩繪西芹 西芹Q、鴻喜菇Q/炒	有機蔬菜	蘿蔔筍絲湯 筍絲、蘿蔔絲	6.5	2.5	2.2	2.9	828
9/28	三	茄汁義大利麵	醬燒素棒腿 素棒腿/燒	蕃薯爆菇 杏鮑菇Q、地瓜Q、九層塔/燒	牛蒡燴蔬菜 牛蒡Q、高麗菜Q/炒	蜜燒甜不辣 甜不辣/燒	敏豆黑豆干 敏豆T、黑豆干/炒	季節蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐	6.4	2.6	2.8	2.8	839
9/29	四	香甜米飯	豆豉燒花干 蘭花干/燒	鮮炒莧菜 莧菜Q/炒	滷味豆干 豆干、海帶結/燒	清炒花椰菜 花椰菜S/炒	薑絲木耳 薑、木耳Q/炒	有機蔬菜	貴族巧達湯 玉米S、紅蘿蔔Q	6.3	2.6	2.6	3	836
9/30	五	小米Q飯	芝麻乾燒麵腸 白芝麻、麵腸/燒	紅片佛手瓜 佛手瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	彩椒豆薯 彩椒Q、豆薯Q/炒	紅燒蘿蔔塊 紅蘿蔔Q、白蘿蔔Q/燒	瓜仔干丁 瓜仔、干丁、香菇Q/炒	有機蔬菜	羅宋湯 番茄Q、高麗菜Q	6.3	2.7	2.8	2.8	840

營養師 吳品萱 林芊慧



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