



日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節副菜	湯品	全蛋雞塊	豆腐蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
1	四	香Q白飯	洋蔥燒肉片 肉片S洋蔥Q-燒	香酥雞塊x3 雞塊S-炸	鮮燴黃瓜 黃瓜Q金針菇紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.6	2.4	2	3.2	836
2	五	燕麥飯	三杯雞 雞丁S豆薯Q-煮	甜醬油豆腐 三角油豆腐-煮	敏豆炒肉絲 敏豆紅蘿蔔Q木耳Q肉絲S-炒	有機蔬菜 田園南瓜湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.4	2	3	820
5	一	親職日補假一天									
6	二	海苔飯	瓜仔雞 雞丁S脆瓜T-煮	番茄炒蛋 雞蛋Q番茄Q-炒	蔬炒豆芽 豆芽菜Q韭菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 冬瓜肉絲湯 冬瓜Q肉絲S	6.5	2.4	2	3	820
7	三	(泰式料理) 蔬食日 香Q白飯	泰式打拋豆干 碎干丁絞肉S番茄Q洋蔥Q-煮	咖哩洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	醬淋花椰菜 青花菜S白花菜S甜椒Q-燙	有機蔬菜 泰式酸辣湯 秀珍菇Q高麗菜Q魚丸S蕃茄Q	6.7	2.3	2	3.2	836
8	四	胚芽米飯	可樂雞腿 雞腿S-滷	麻婆豆腐 豆腐絞肉S-煮	翠炒小瓜 小黃瓜Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 筍香排骨湯 筍Q排骨S	6.6	2.4	2.2	3	832
9	五	小米飯	金黃魚丁 魚丁Q南瓜Q-煮	芹炒黑輪 芹菜Q黑輪Q紅蘿蔔Q-炒	鍋燒三味 海結麵線紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 香菇雞湯 雞丁Q香菇Q蘿蔔Q	6.5	2.5	2.2	3	833
12	一	糙米飯	匈牙利雞丁 雞丁S甜椒Q洋蔥Q-煮	干片小炒 干片紅蘿蔔Q木耳Q-炒	海苔魷魚丸x2 魷魚丸S海苔粉柴魚片-燒	有機蔬菜 蕃茄蛋花湯 雞蛋Q蕃茄Q	6.5	2.5	2	3	828
13	二	麥片飯	香滷排骨 排骨S-滷	焗汁鮮蔬 大白菜Q紅蘿蔔Q絞肉S-煮	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉海芽紅蘿蔔Q豆皮-炒	有機蔬菜 佛手雞丁湯 佛手瓜Q雞丁Q	6.5	2.5	2	3	828
14	三	(義式料理) 茄汁螺旋麵	迷迭香雞腿 雞腿S-滷	焗烤花椰菜 青花菜S紅蘿蔔Q香菇Q-烤	豆沙包(65克) 豆沙包S-蒸	有機蔬菜 羅宋湯 芹菜Q高麗菜Q蕃茄Q肉絲S	6.5	2.4	2.2	3.2	834
15	四	香Q白飯	家鄉燉肉 肉丁S筍T-煮	彩繪四色 玉米粒Q毛豆腰豆絞肉S紅蘿蔔Q-煮	和風大根燒 蘿蔔Q香菇Q昆布捲-燒	有機蔬菜 紅豆湯 紅豆腰豆	6.5	2.6	2.2	3	840
16	五	五穀米飯	蒜蓉雞翅 雞翅S-滷	蔥炒肉絲 洋蔥Q肉絲S紅蘿蔔Q-炒	椒鹽黃金薯 地瓜Q-炸	有機蔬菜 肉骨茶湯 豆薯Q排骨S	6.7	2.5	2	3.2	851
17	六	燕麥飯	香酥魚排 魚排Q-炸	古早味肉燥 絞肉S碎瓜T-煮	枸杞芙蓉絲瓜 絲瓜Q雞蛋Q金針菇Q-煮	有機蔬菜 沙茶時蔬湯 高麗菜Q香菇Q豆腐	6.7	2.5	2	3.3	855
19	一	胚芽米飯	紅燒番茄燉肉 肉丁S蕃茄Q蘿蔔Q-煮	螞蟻上樹 冬粉絞肉S高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	芹香什錦 芹菜Q海帶絲干絲紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 冬瓜湯 冬瓜Q排骨S	6.6	2.5	2	3	835
20	二	(日式料理) 糙米飯	壽喜燒 肉片S洋蔥Q-燒	蔬菜天婦羅 敏豆Q甜不辣S地瓜條Q-炸	關東煮 玉米塊S蘿蔔Q紅蘿蔔Q米血S-煮	有機蔬菜 味噌湯 豆腐	6.5	2.5	2.2	3	833
21	三	肉鬆飯	普羅旺斯魚丁 魚丁Q甜椒Q洋蔥Q-煮	木須扁蒲 扁蒲Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	芝麻蜜燒黑干 黑豆干-燒	有機蔬菜 大頭菜湯 大頭菜Q肉絲S	6.5	2.4	2	3.3	834
22	四	端午節快樂！									
23	五										
26	一	糙米飯	照燒魚 魚丁Q洋蔥Q寬冬粉-燒	黃金肉丸子 獅子頭S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	家常油腐 油腐絞肉S-煮	有機蔬菜 薑絲海芽湯 海帶芽雞蛋Q	6.6	2.4	2.2	3	832
27	二	香Q白飯	五香雞腿 雞腿S-滷	冬瓜肉燥 冬瓜Q絞肉S-煮	炒鮮筍 筍Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	有機蔬菜 金針肉絲湯 金針T肉絲S	6.5	2.5	2.2	3	833
28	三	韓式拌飯	黑胡椒排骨 排骨S-煮	翠炒敏豆 敏豆Q木耳Q-炒	沙茶白玉肉片 蘿蔔Q肉片S紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 豆腐味噌湯 豆腐	6.5	2.4	2	3	820
29	四	燕麥飯	麻香雞丁 雞丁Q高麗菜Q豆管-煮	魚香炒蛋 雞蛋Q洋蔥Q絞肉S-炒	薑炒海龍 海龍紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 時瓜肉絲湯 佛手瓜Q肉絲S	6.7	2.5	2	3	842
30	五	胚芽米飯	茄汁肉丁 肉丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	香酥魷魚排 魷魚排S-炸	腰果玉米 玉米粒Q紅蘿蔔Q毛豆腰豆腰果-煮	有機蔬菜 酸辣湯 豆腐雞蛋Q紅蘿蔔Q木耳Q筍T	6.7	2.5	2	3.2	851
★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。											
★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。											
★三章1Q豆奶日：6/16(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											



日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全蛋	豆類	蔬類	油脂	熱量
6/1	四	燕麥飯	京醬豬柳 炒:洋蔥Q.毛豆T.紅蘿蔔Q.豬肉S	南瓜豆腐煲 燒:南瓜Q.豆腐	芝麻季豆 炒:敏豆T.芝麻	有機蔬菜	綠豆粉條 綠豆.粉條	6	2	2	2	84
6/2	五	白米飯	鹹酥雞丁 炸:雞丁S.胡椒鹽	脆炒蒲瓜 炒:蒲瓜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	蛋花福州丸 滷:蛋Q.福州丸S.芹菜Q	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜.蛋Q	6	2	2	2	84
6/5(一)親職日補假												
6/6	二	黃金小米飯	卡啦雞排 炸:雞排S	白玉肉羹 煮:紅.白蘿蔔Q.絞肉S	醋溜海帶絲 炒:海帶絲.彩椒Q.豆干絲	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌.豆腐.柴魚片	6	2	2	2	83
~泰式料理~												
6/7	三	芝麻飯 蔬食日	打拋豆干 燒:豆干.絞肉S.番茄Q.洋蔥Q	咖哩洋芋 煮:洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	泰式花椰菜 炒:青花S.白花S.彩椒Q.酸辣醬	履歷蔬菜	泰式酸辣湯 秀珍菇Q.西芹Q.番茄Q	6	2	2	2	84
6/8	四	白米飯	杏菇三杯雞 燒:雞肉S.杏鮑菇Q.九層塔	蒜香高麗 炒:高麗Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	香菇豆干肉醬 滷:香菇Q.豆干.絞肉S	有機蔬菜	金針排骨湯 乾金針.排骨S	6	2	2	2	84
6/9	五	小薏仁飯	蒲燒鯛魚排 蒸:蒲燒鯛魚Q.高麗菜Q	玉米滑蛋 炒:玉米S.紅蘿蔔Q.蛋Q	油香嫩豆腐 煮:香菜.蒜泥.辣椒.豆腐	有機蔬菜	紅麵線羹湯 紅麵線.筍.紅蘿蔔Q.木耳Q.肉絲S	6	2	2	2	85
6/12	一	白米飯	茄汁雞米花 燒:雞丁S.洋蔥Q.番茄Q.白芝麻	紅燒豆腐 煮:豆腐.絞肉S.蔥	白菜滷 炒:大白菜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	海帶肉絲湯 海帶.肉絲S	6	2	2	2	85
6/13	二	蕎麥飯	蒙古烤肉片 炒:豆芽菜Q.蔥.蒜.洋蔥Q.豬肉S	清炒大瓜 炒:大瓜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	什錦粉絲 炒:高麗Q.絞肉S.冬粉.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜Q.玉米S.洋芋Q	6	2	2	2	83
~義式料理~												
6/14	三	義式肉醬麵	迷迭香雞腿 烤:雞腿S	焗烤花椰菜 烤:花椰菜S.乳酪	豆沙包 蒸:65g豆沙包S	季節蔬菜	羅宋湯 番茄Q.芹菜Q.高麗菜Q	6	2	2	2	82
6/15	四	地瓜飯	酥炸魚塊*3 炸:虱目魚Q	番茄炒蛋 炒:番茄Q.蛋Q	蜜汁豆干 燒:豆干.芝麻.腰果	有機蔬菜	紅豆紫米 紅豆T.紫米	6	2	2	2	86
6/16	五	白米飯	糖醋排骨丁 嫩:番茄Q.洋蔥Q.排骨S.豬肉S	豆薯燴雞蓉 燴:玉米S.豆薯Q.雞絞肉T	熱炒海根 炒:海帶.金針菇Q.薑絲	有機蔬菜	蔬菜蛋花湯 金針菇Q.蛋Q.番茄Q.豆腐	6	2	2	2	84
6/17	六	糙米飯	咖哩雞丁 煮:雞丁S.洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	脆筍香菇 煮:筍片.香菇Q.紅蘿蔔Q	海鮮排 炸:海鮮排S	有機蔬菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜Q.枸杞.小薏仁.肉片S	6	2	2	2	85
6/19	一	白米飯	醬燒魚丁 煮:洋蔥Q.洋芋Q.魚丁S.紅蘿蔔Q	百頁炒肉片 炒:百頁豆腐.肉片S.西芹Q	佛手瓜炒鴻喜菇 炒:佛手瓜Q.鴻喜菇Q.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	酸辣湯(不勾芡) 筍.蛋Q.木耳Q.紅蘿蔔Q.豆腐	6	2	2	2	85
~日式料理~												
6/20	二	紅藜麥飯	壽喜燒肉片 燒:豬肉S.洋蔥Q	蔬菜天婦羅 炸:香菇Q.杏鮑菇Q.天婦羅Q	關東煮 煮:豆皮.白蘿蔔Q.紅蘿蔔Q.玉米Q	有機蔬菜	味噌海芽湯 味噌.海帶芽	6	2	2	2	83
6/21	三	什錦炒麵 蔬食日	肉末板豆腐 煮:豆腐.絞肉S	五味蘿蔔糕 煮:香菜.蒜泥.辣椒.蘿蔔糕	脆炒敏豆 炒:敏豆T.紅蘿蔔Q.美白菇Q	季節蔬菜	巧達濃湯 西芹Q.洋蔥Q.洋芋Q.蛋Q	6	2	2	2	84
~端午連假~												
6/26	一	白米飯	紅燒燉肉 嫩:豬肉S.豬腳S.桂竹筍	玉米高麗花椰 炒:玉米S.高麗Q.花椰菜S	海結燒油豆腐 燒:海結.油豆腐	履歷蔬菜	白玉赤肉湯 紅.白蘿蔔Q.豬肉S	6	2	2	2	85
6/27	二	麥片飯	馬鈴薯燉雞 煮:雞丁S.洋芋Q.紅蘿蔔Q.洋蔥Q	香菇肉末筍丁 煮:香菇Q.豬肉S.筍丁	蒜香大白菜 炒:大白菜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄Q.豆腐	6	2	2	2	85
6/28	三	主廚肉絲炒飯	黑胡椒鮮嫩肉排 滷:豬排S.三色豆S	翡翠蝦捲 煮:蝦捲S.蛋Q.三色豆S	蒲瓜鮮菇 炒:蒲瓜Q.香菇Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	季節蔬菜	金針肉絲湯 乾金針.肉絲S	6	2	2	2	84
6/29	四	白米飯	香酥魚排 炸:虱目魚S	冬瓜燒肉 燒:冬瓜Q.絞肉S	洋蔥紅絲蛋 炒:洋蔥Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	有機蔬菜	芹菜粉絲湯 芹菜Q.紅蘿蔔Q.冬粉.肉絲S	6	2	2	2	86
6/30	五	紫米飯	彩椒照燒雞丁 燒:洋蔥Q.彩椒Q.雞肉S	干片炒肉絲 炒:豆干.肉絲S	針菇絲瓜 炒:絲瓜Q.金針菇Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	雪花菇湯 金針菇Q.高麗菜Q.紅蘿蔔Q.肉絲S	6	2	2	2	83

食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷
營養師: 沈凱瑄、黃琬絨、張韻望、呂亦婕 6/16(五)供應豆奶

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」, 不適合其過敏體質者食用, 請留意。



裕民田精緻午餐

桃園國中
112年6月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全穀雜糧類 (份)	豆、蛋、肉類 (份)	蔬菜類 (份)	海類 (份)	熱量 (kcal)
★ 6/1	四	白米飯	日式雞肉丼 C雞肉、0洋葱、蔥/燒	芹香黑輪 C黑輪、0芹/炒	彩繪花椰 C花椰/炒	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/2	五	燕麥飯	泡菜燒肉 泡菜、0高麗菜、C豬肉/煮	白玉煮 0蘿蔔、0紅蘿蔔/煮	海帶白干絲 海帶絲、白干絲、0紅絲/拌	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、柴魚、味噌	6 5	2 8	2 2	2 8	8 46
6/5	一	親職教育日補假~										
★ 6/6	二	胚芽0飯	沙茶海鮮煲 沙茶、0魚丁、0豆芽、0紅蘿蔔/燒	蒜香炒筍 蒜、筍/炒	莎莎肉醬 C絞肉、0洋葱、0番茄/煮	有機蔬菜	海芽濃湯 海芽、0蛋	6 5	2 5	2 2	2 8	8 24
★ 6/7 (蔬食日)	三	白米飯 (泰式料理)	泰式打拋豆干 九層塔、0番茄、C絞肉、干丁/煮	咖哩洋芋 0紅蘿蔔、0洋芋/煮	酸甜花椰菜 C青花、C白花、0甜椒/炒	產銷履歷蔬菜	泰式酸辣湯 0金針菇、0高麗菜、0番茄、C絞肉	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/8	四	紫米飯	黑胡椒豬排 C豬排/燒	地瓜薯薯 0地瓜條/炸	蔥燒油豆腐 油豆腐、味噌、蔥/燒	有機蔬菜	豆薯雞湯 0豆薯、C雞丁	6 6	2 6	2 3	2 8	8 41
★ 6/9	五	白米飯	油腐蠔油雞 C雞丁、油腐、0杏鮑菇/燒	麻辣燙 0高麗菜、百頁、0金針菇/煮	醬拌木耳脆瓜 0黃瓜、0木耳/煮	有機蔬菜	養生肉骨茶 0蘿蔔、肉骨茶包、C豬肉	6 5	2 7	2 0	3 0	8 43
★ 6/12	一	白米飯	洋芋燉肉 肉丁、洋芋、紅蘿蔔/燉	白鑽黑豆干 黑豆干、芝麻/燒	金針絲瓜 0絲瓜、0金針菇、0紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、0蛋	6 6	2 7	2 0	2 8	8 41
★ 6/13	二	麥片飯	霹靂炸魚 0魚丁、百頁/炸	家常滷白菜 0大白菜、0蛋、0香菇絲、0木耳/煮	泰式打拋肉 九層塔、0番茄、C絞肉、干丁/煮	有機蔬菜	筍香肉片湯 筍、C豬肉	6 5	2 7	2 2	2 8	8 39
★ 6/14	三	義大利麵 (義式料理)	迷迭香雞腿 C雞腿/燒	豆沙包60G C豆沙包/蒸	焗烤花椰菜 起司、C花椰/烤	季節蔬菜	羅宋湯 0高麗菜、0金針、0番茄	6 5	2 6	2 2	3 0	8 40
★ 6/15	四	地瓜飯	塔香三杯雞 C雞丁、四分干、九層塔/燒	香煎菜頭粿 蘿蔔糕/煎	芝香海帶根 海帶根、芝麻/燒	有機蔬菜	紅豆湯 T紅豆	6 5	2 5	2 1	2 8	8 21
★ 6/16	五	白米飯	正宗回鍋肉 C肉片、豆干、0高麗菜/燒	五更豆腐煲 豆腐、0木耳、0金針菇	BBQ豆芽肉 0豆芽、C肉片/燒	有機蔬菜	白玉珍珠湯 0蘿蔔、0玉米圈	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/17	六	胚芽飯	氣泡燒雞翅 C雞翅/燒	清炒合掌瓜 0紅蘿蔔、0合掌瓜/炒	夜市鹹水雞 0高麗菜、0木耳、C雞肉/燙	有機蔬菜	冬菜粉絲湯 粉絲、冬菜、C肉絲	6 7	2 6	2 0	3 0	8 49
★ 6/19	一	燕麥飯	酥炸海鮮排 C海鮮排/炸	椒鹽百頁燒 百頁/燒	番茄炒蛋 0蛋、0洋葱、0番茄/炒	產銷履歷蔬菜	時蔬肉片湯 0大白菜、C肉片	6 8	2 5	2 0	3 0	8 49
★ 6/20	二	小米香飯 (日式料理)	壽喜燒肉片 C肉片、0豆芽/燒	蔬菜天婦羅 T甜不辣、0香菇、T敏豆/炸	關東煮 0蘿蔔、0紅蘿蔔、0玉米圈/煮	有機蔬菜	日式海芽湯 豆腐、味噌、海芽	6 5	2 8	2 1	3 0	8 53
★ 6/21 (蔬食日)	三	海苔香鬆飯	大嫩豆腐 大嫩豆腐、蔥、C絞肉/燒	三杯爆菇塊 0杏鮑菇、C絞肉、C米血/炒	鮮炒高麗 0高麗、0紅蘿蔔/炒	季節蔬菜	蛋花湯 0蛋、蔥	6 6	2 6	2 0	3 0	8 42
6/22	四	~端午節連假~										
6/23	五	~端午節連假~										
★ 6/26	一	蕎麥0飯	美式炸雞翅 C雞翅/炸	肉絲炒干片 豆干、C肉絲/炒	杏鮑佛手瓜 0杏鮑菇、0佛手瓜、0紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	味噌豆腐湯 味噌、豆腐	6 8	2 5	2 0	3 0	8 49
★ 6/27	二	白米飯	開胃筍燒扣肉 筍、C豬肉/燉	脆炒西蘭花 C花椰菜/炒	蒜蓉黑豆干 蒜、豆干/燉	有機蔬菜	金黃濃湯 0玉米、0蛋、0紅蘿蔔	6 7	2 6	2 2	3 0	8 54
★ 6/28	三	豬肉乾拌麵	胡椒雞腿排 C雞腿排/燒	韭菜銀芽 0豆芽菜、0韭菜、0紅蘿蔔/炒	三杯油腐 九層塔、油豆腐/燒	季節蔬菜	豆薯菇菇湯 0香菇、0豆薯	6 6	2 8	2 0	3 0	8 57
★ 6/29	四	雜糧飯	蔥燒大排 C里肌排、蔥/燒	枸杞冬瓜煲 枸杞、C絞肉、0冬瓜/煮	時蔬0丸 0大白菜、C豬肉丸/煮	有機蔬菜	金針花湯 金針花、C肉片	6 5	2 6	2 2	2 8	8 31
★ 6/30	五	白米飯	蜜汁燒魚 豆干、0魚丁、芝麻/燒	奶香杏鮑菇 0杏鮑菇、0洋芋/煮	洋蔥炒蛋 0洋葱、0紅蘿蔔、0蛋/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

★ 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

桃園國中
112.6月素食菜單

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜				季節類菜	湯品				全雞	豆魚	蔬菜	油麵	麵類	熱量
1	四	藜麥飯	五香豆干x2 五香豆干-燒	鮮燴黃瓜 黃瓜Q金針菇Q紅蘿蔔Q-炒	可樂餅 可樂餅S-炸	素昌旺 豆腐麵腸酸菜T-煮	腐竹油菜 油菜腐竹-炒	有機蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.5	2.4	2.2	3				825	
2	五	燕麥飯	甜醬三角豆腐 三角油豆腐-煮	香炒時豆 嫩豆Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	鍋燒豆薯 豆薯Q皮絲-燒	炒海帶根 海帶根-炒	堅果炒白花 白花菜S紅蘿蔔Q腰果-炒	有機蔬菜	田園南瓜湯 南瓜Q紅蘿蔔Q	6.6	2.5	2.3	3.2				851	
親職日補假一天																		
5	一																	
6	二	香Q白飯	塔香豆干 豆干-燒	炒豆芽 豆芽菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	紅仁花椰 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	樹子苦瓜 苦瓜Q-煮	素雞腿 素雞腿-炸	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q	6.9	2.4	2.3	3				856	
7	三	黑胡椒炒麵	醬燒豆腸 豆腸-燒	滷味燙 高麗菜Q金針菇Q豆皮-滷	咖哩洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	針菇莧菜 莧菜Q金針菇Q-炒	珍菇瓠瓜 扁蒲Q木耳Q秀珍菇Q-煮	Q青菜	玉米濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔Q	6.8	2.6	2.2	3.3				875	
8	四	胚芽米飯	牛蒡排 牛蒡排-煎	翠炒小瓜 小黃瓜Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	紅燒紫茄 茄子Q-燒	枸杞山藥 山藥Q-煮	有機蔬菜	鮮筍湯 筍Q	6.5	2.5	2	3.2				837	
9	五	小米飯	滷黑豆干 黑豆干-滷	鍋燒三味 海結麵絲紅蘿蔔Q-煮	枸杞菇菇 杏鮑菇Q秀珍菇Q金針菇Q-炒	芹炒什蔬 芹菜Q豆苗玉米筍Q紅蘿蔔Q-炒	薑味南瓜 南瓜Q毛豆Q-煮	有機蔬菜	香菇蘿蔔湯 香菇Q蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.7	2.4	2	3.2				843	
12	一	糙米飯	紅燒嫩油腐 嫩油腐Q-煮	干片小炒 干片木耳Q紅蘿蔔Q-炒	蜜煮芋頭 芋頭Q-煮	茼蒿雙炒 茼蒿甜椒Q-炒	鮑菇茼蒿 大陸妹Q鮑魚菇Q-炒	產銷履歷	羅宋湯 高麗菜Q芹菜Q蕃茄Q素肉絲	6.6	2.5	2.2	3.1				844	
13	二	麥片飯	四喜烤麩 烤麩毛豆腐紅蘿蔔Q香菇Q-煮	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉海菜紅蘿蔔Q豆皮-炒	栗香白菜 大白菜Q栗子紅蘿蔔Q木耳Q-煮	香煎素火腿 素火腿片-煎	炒空心菜 空心菜Q-炒	有機蔬菜	佛手鮑菇湯 佛手瓜Q鮑魚菇Q	6.5	2.4	2.2	3				825	
14	三	素香炒飯	沙茶什錦 素雞油豆腐-炒	紅絲敏豆 敏豆Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	燒結頭菜 大頭菜Q皮絲-燒	香椿素肉燥 香菇Q麵線-滷	甜椒雙蔬 甜椒Q白花菜S青花菜S-炒	Q青菜	黃瓜湯 黃瓜Q素香菇頭	6.8	2.6	2.3	3.1				868	
15	四	香Q白飯	醋溜豆腸 豆腸甜椒Q-燒	和風大根燒 蘿蔔Q香菇Q昆布捲-燒	油燜筍 筍T-煮	彩繪玉米 玉米粒Q毛豆腐紅蘿蔔Q素山藥Q-煮	炒地瓜葉 地瓜葉Q-炒	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆腰歷	6.7	2.5	2.2	3.2				856	
16	五	五穀米飯	鐵板豆腐 豆腐木耳Q毛豆腐腰歷-燒	椒鹽黃金薯 地瓜Q-炸	蔬菜排 蔬菜排-燒	雪蓮子麵筋 油泡雪蓮子-滷	紅仁高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜	藥膳湯 豆薯Q豆管	6.5	2.6	2.3	3				843	
17	六	燕麥飯	醬燒豆包 豆包-燒	枸杞芙蓉絲瓜 絲瓜Q金針菇Q-煮	素瓜仔肉 碎瓜素絞肉-煮	什炒藕片 蓮藕Q芹菜Q木耳Q-炒	炒海龍 海龍紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜	牛蒡湯 牛蒡Q紅蘿蔔Q	6.6	2.5	2	3.3				848	
19	一	胚芽米飯	海山醬嫩油腐 嫩油腐-煮	芹香什錦 芹菜Q海帶絲干絲紅蘿蔔Q-炒	炒素肚 素肚酸菜T-炒	菇炒雪菜 油菜Q雪白菇Q-炒	蜜汁芋薯 芋頭Q地瓜Q-燒	產銷履歷	時瓜湯 冬瓜Q鮑魚菇Q	6.5	2.5	2.3	3.2				844	
20	二	糙米飯	香酥素雞塊x2 素雞塊-炸	鮮菇高麗 高麗菜Q香菇Q木耳Q-炒	金黃百頁 百頁豆腐馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	木須三絲 木耳Q素肉絲紅蘿蔔Q-炒	干丁素肉燥 碎干丁素絞肉-煮	有機蔬菜	大頭菜湯 大頭菜Q	6.8	2.4	2.2	3.1				851	
21	三	香Q白飯	芝麻蜜燒黑干 黑豆干-燒	木須扁蒲 扁蒲Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	炒莧菜 莧菜Q-炒	紫茄麵腸 茄子Q麵腸-燒	雙色山藥 山藥Q素山藥Q芹菜Q玉米筍Q-煮	Q青菜	蓮藕薏仁湯 蓮藕Q薏仁雪蓮子	6.9	2.6	2	3				863	
22	四																	
23	五																	
端午節快樂!																		
26	一	糙米飯	家常油腐 油腐素絞肉-煮	紹子干丁 干丁素絞肉蕃茄Q-炒	三杯皮絲 皮絲-燒	脆炒薯絲 豆薯Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	素花枝排 素花枝排-炸	產銷履歷	薑絲海芽湯 海帶芽	6.8	2.4	2.2	3.2				855	
27	二	香Q白飯	茄汁豆包丁 豆包丁甜椒Q-煮	金茸冬瓜 冬瓜Q金針菇Q毛豆腐腰歷-煮	炒鮮筍 筍Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	滷白干結 白干結-滷	珍菇大陸妹 大陸妹Q秀珍菇-炒	有機蔬菜	金針香菇湯 金針T香菇Q	6.7	2.5	2	3				842	
28	三	香Q白飯	素鰻片 素鰻片-燒	翠炒敏豆 敏豆Q木耳Q-炒	炒黃芽菜 黃芽菜Q干絲木耳Q-炒	沙茶白玉 蘿蔔Q香菇Q茼蒿-煮	蠔香素雞片 素雞片-炒	Q青菜	豆腐味噌湯 豆腐	6.5	2.4	2.2	3.1				830	
29	四	藜麥飯	紅燒蘭花干 蘭花干紅蘿蔔Q-滷	甜椒蓮藕 蓮藕Q甜椒Q-炒	薑炒海龍 海龍紅蘿蔔Q-炒	麻香凍豆腐 高麗菜Q豆管凍豆腐-煮	豉汁苦瓜 苦瓜Q-滷	有機蔬菜	時瓜菇湯 佛手瓜Q鴻喜菇Q	6.5	2.5	2.3	3.2				844	
30	五	胚芽米飯	鮑菇烤麩 烤麩紅蘿蔔Q鮑魚菇Q-煮	絲瓜寬粉 絲瓜Q寬粉-煮	燉馬鈴薯 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-燉	青椒素肉絲 青椒Q素肉絲-炒	腰果玉米 玉米粒Q紅蘿蔔Q毛豆腐腰歷-炒	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐紅蘿蔔Q木耳Q筍T	6.6	2.6	2.1	3.1				849	
★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。																		
★三章1Q豆奶日：6/16（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																		



112年6月(異國料理月)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	豆類	蔬菜	油脂	熱量
6/1	四	燕麥飯	南瓜豆腐煲 燒:南瓜Q.豆腐	醬燒茄子 燒:茄子Q	豆豉糯米椒 炒:豆豉.豆干.糯米椒Q	番茄白花菜 炒:番茄Q.白花菜S	芝麻季豆 炒:敏豆T.芝麻	有機蔬菜	綠豆粉條 綠豆.粉條		6	2	2	2	84
6/2	五	白米飯	毛豆烤麩 燒:毛豆T.烤麩	脆炒蒲瓜 炒:蒲瓜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	薑絲龍鬚菜 炒:龍鬚菜Q	海帶干絲 炒:海帶.豆干	大根燒 燒:白蘿蔔Q	有機蔬菜	紫菜湯 紫菜.秀珍菇Q		6	2	2	2	84
6/5(一)親職日補假															
6/6	二	黃金小米飯	醬燒豆包 燒:豆包.芝麻	白玉素羹 煮:紅.白蘿蔔Q.豆皮.毛豆T	樹子苦瓜 燒:樹子.苦瓜Q	清炒地瓜葉 炒:地瓜葉Q	醋溜海帶絲 炒:海帶絲.彩椒Q.豆干	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌.豆腐		6	2	2	2	83
~泰式料理~															
6/7	三	芝麻飯	海苔素排 炸:海苔素排	咖哩洋芋 煮:洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	打拋豆干 燒:豆干.番茄Q.九層塔	泰式花椰菜 炒:青.白花S.彩椒Q.酸辣醬	牛蒡丸子 炸:牛蒡Q.芝麻	履歷蔬菜	泰式酸辣湯 秀珍菇Q.番茄Q.西芹Q		6	2	2	2	84
6/8	四	白米飯	茄汁豆腸 滷:豆腸	蒜香高麗 炒:高麗Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	杏菇三杯素雞 燒:素雞丁.杏鮑菇Q.九層塔	薑絲海茸 炒:海茸	枸杞南瓜 蒸:南瓜Q.枸杞	有機蔬菜	金針菇湯 美白菇Q.乾金針		6	2	2	2	84
6/9	五	小薏仁飯	油香嫩豆腐 煮:香菜.豆腐	金針炒木耳絲 炒:乾金針.木耳Q	梅干筍乾 燒:梅干菜.筍乾	醃豆鮮菇 炒:醃豆Q.金針菇Q	沙茶紫米糕 炒:紫米糕.芹菜Q	有機蔬菜	紅麵線羹湯 紅麵線.筍.紅蘿蔔Q.木耳Q		6	2	2	2	85
6/12	一	白米飯	紅燒板豆腐 煮:豆腐.香菇Q	香菇麵筋 燒:香菇Q.麵筋	白菜滷 炒:大白菜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	蜜汁雙丁 燒:地瓜Q.芋頭Q	辣炒豆薯 炒:豆薯Q.毛豆T	履歷蔬菜	薑絲海帶湯 海帶.薑絲.金針菇Q		6	2	2	2	85
6/13	二	蕎麥飯	豆皮蔬菜捲 蒸:蔬菜捲	清炒大瓜 炒:大瓜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	什錦粉絲 炒:高麗Q.冬粉.紅蘿蔔Q	塔香茄子 燒:茄子Q.九層塔	枸杞雪裡 炒:枸杞.雪裡紅	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜Q.玉米S.洋芋Q		6	2	2	2	83
~義式料理~															
6/14	三	義式蔬菜麵	番茄燒豆腐 燒:番茄Q.豆腐	花椰菜彩菇 烤:花椰菜S.甜椒Q.香菇Q	豆沙包 蒸:65g豆沙包S	秋葵玉筍 炒:秋葵Q.玉米筍Q	蠔油萵苣 炒:萵苣Q	季節蔬菜	羅宋湯 番茄Q.芹菜Q.高麗菜Q		6	2	2	2	82
6/15	四	地瓜飯	蜜汁豆干 燒:豆干.芝麻	絲瓜白麵線 炒:絲瓜Q.金針菇Q.麵線.紅蘿蔔	南瓜蔬菜丸 炸:南瓜Q.紅蘿蔔Q.芹菜Q	脆炒木耳 炒:木耳Q.薑絲.枸杞	熱炒桂竹 炒:桂竹筍	有機蔬菜	紅豆紫米 紅豆T.紫米		6	2	2	2	86
6/16	五	白米飯	地瓜燒麵腸 燒:地瓜Q.麵腸	豆薯木耳 煮:玉米S.豆薯Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	熱炒海根 炒:海帶.金針菇Q.薑絲	梅干苦瓜 燒:梅干菜.苦瓜Q	豆豉干丁 炒:豆豉.豆干	有機蔬菜	蔬菜湯 金針菇Q.番茄Q.豆腐	豆奶	6	2	2	2	84
6/17	六	糙米飯	糖醋花干 燒:蘭花干	脆筍香菇 煮:筍片.香菇Q.紅蘿蔔Q	咖哩洋芋 煮:洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	小瓜炒茼蒿 炒:小瓜Q.茼蒿	黃芽鴻喜 炒:黃豆芽Q.鴻喜菇Q	有機蔬菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜Q.枸杞.小薏仁		6	2	2	2	85
6/19	一	白米飯	麻油腰花 煮:素腰花.枸杞	百頁炒西芹 炒:百頁豆腐.西芹Q	紅棗銀耳 煮:紅棗.白木耳	佛手瓜炒菇 炒:佛手瓜Q.秀珍菇Q.紅蘿蔔Q	辣炒脆脯 炒:菜脯	履歷蔬菜	酸辣湯 筍.木耳Q.紅蘿蔔Q.豆腐		6	2	2	2	85
~日式料理~															
6/20	二	紅藜麥飯	當歸素肚 煮:當歸.素肚	蔬菜天婦羅 炸:香菇Q.杏鮑菇Q.素天婦羅	梅干苦瓜 燒:梅干菜.苦瓜Q	關東煮 煮:豆皮.紅.白蘿蔔Q.玉米Q	雙色淮山 煮:白.紫山藥Q	有機蔬菜	味噌海芽湯 味噌.海帶芽		6	2	2	2	83
6/21	三	什錦炒麵	醬燒板豆腐 煮:豆腐.毛豆T	五味蘿蔔糕 煮:香菜.辣椒.蘿蔔糕	蔬菜餅 炸:高麗菜Q.香菇Q.南瓜Q	脆炒敏豆 炒:敏豆T.紅蘿蔔Q.美白菇Q	客家箭筍 炒:箭筍	季節蔬菜	大瓜湯 大黃瓜Q.紅蘿蔔Q.香菇Q		6	2	2	2	84
~端午連假~															
6/26	一	白米飯	海結燒油豆腐 燒:海結.油豆腐	玉米高麗花椰 炒:玉米S.高麗Q.花椰菜S	紅燒麵輪 滷:麵輪.花生	脆炒龍鬚菜 炒:龍鬚菜Q	蜜燒南瓜 燒:南瓜Q	履歷蔬菜	白玉丸子湯 紅.白蘿蔔Q.素丸子		6	2	2	2	85
6/27	二	麥片飯	滷板豆腐 滷:豆腐	香菇筍丁 煮:香菇Q.筍丁	白醬馬鈴薯 煮:洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	香菇白菜 炒:大白菜Q.香菇Q.紅蘿蔔Q	薑絲地瓜葉 炒:地瓜葉Q	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄Q.豆腐		6	2	2	2	85
6/28	三	香菇炒飯	三杯烤麩 燒:九層塔.烤麩	芝麻牛蒡絲 炒:牛蒡Q.芝麻	蒲瓜鮮菇 炒:蒲瓜Q.香菇Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	雪裡干丁 炒:豆干.雪裡紅	玉米餅 炸:玉米餅S	季節蔬菜	金針湯 乾金針.鴻喜菇Q		6	2	2	2	84
6/29	四	白米飯	栗子蘭花干 燒:栗子.蘭花干	冬瓜枸杞 燒:冬瓜Q.枸杞	紅絲滑豆皮 炒:紅蘿蔔Q.生豆包絲	客家醬燒紫茄 燒:茄子Q.客家醬	醬燒秋葵 燒:秋葵Q	有機蔬菜	芹菜粉絲湯 芹菜Q.紅蘿蔔Q.冬粉		6	2	2	2	86
6/30	五	紫米飯	滷味素雞 滷:素雞.香菜	彩椒干片 炒:豆干.彩椒Q	針菇絲瓜 炒:絲瓜Q.金針菇Q.紅蘿蔔Q	蒸苦瓜 蒸:苦瓜Q	毛豆玉米 炒:毛豆T.玉米S	有機蔬菜	雪花菇湯 金針菇Q.高麗菜Q.紅蘿蔔Q		6	2	2	2	83

食材一律使用國產鮮肉品及非基改食材

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷
營養師:沈凱瑄、黃琬琰、張韻瑩、呂亦婕 6/16(五)供應豆奶

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」,不適其過敏體質者食用,請留意。



裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中112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 (份)	豆魚 類 (份)	蔬菜 類 (份)	油脂 類 (份)	熱量 (KCAL)
6/1	四	燕麥飯	紅燒豆腸 豆腸/燒	炒鮮蔬丁 豆薯Q、毛豆S、芋頭Q/炒	玉米脆餅 玉米餅S/炸	麻婆豆腐 豆腐/燒	豆醬桂筍 桂竹筍/炒	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	6.5	2.5	2.5	3	840
6/2	五	白米飯	白鑽蜜汁黑干 芝麻、黑豆干/燒	番茄高麗 番茄Q、高麗Q/炒	木須黃瓜 大黃瓜Q、木耳Q/煮	香滷麵筋 麵筋、蘿蔔Q/滷	紅燒苦瓜 苦瓜Q/燒	有機蔬菜	酸辣湯 筍絲、木耳Q、紅蘿蔔Q	6.4	2.5	2.8	3	841
6/5	一	親職教育日補假~												
6/6	二	胚芽Q飯	沙茶豆干塊 豆干/燒	醬燒蘿蔔塊 紅蘿蔔Q、白蘿蔔Q/燒	沙茶小瓜 小黃瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	滷海帶捲 海帶捲/滷	砂鍋白菜滷 大白菜Q、芋頭Q/煮	有機蔬菜	新竹米粉湯 米粉、香菇Q、芹Q	6.4	2.4	2.7	2.7	817
6/7	三	義大利麵	五味脆皮豆腐 豆腐/燒	香酥番薯片 番薯Q/炸	鮮炒A菜 A菜Q/炒	客家小炒 豆干、紅蘿蔔Q、芹Q/炒	紅醬洋芋 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	產銷履歷蔬菜	蒲瓜枸杞湯 蒲瓜、枸杞	6.6	2.5	2.5	3	847
6/8	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Q、美白菇Q/燴	芫荽結頭菜 香菜、結頭菜Q/拌	塔香百頁 九層塔、百頁/炒	有機蔬菜	羅宋湯 番茄Q、高麗菜Q	6.6	2.5	2.5	2.8	838
6/9	五	白米飯	三杯油腐 九層塔、油豆腐/滷	醬炒鮑菇 西芹Q、杏鮑菇Q/燴	炒油片絲 青椒Q、油片絲/炒	紅燒麵輪 麵輪/滷	蜜酥南瓜 南瓜Q/燒	有機蔬菜	貴族巧達湯 玉米S、紅蘿蔔Q	6.5	2.6	2.4	2.8	836
6/12	一	麥片飯	和風豆腐 豆腐/燒	滷味素雞 素雞/滷	金針燴花瓜 絲瓜Q、金針菇Q/炒	菇炒蘿蔔 白蘿蔔Q、鴻喜菇Q/燒	海帶三絲 紅蘿蔔Q、海帶絲、干絲/炒	產銷履歷蔬菜	冬瓜薏仁湯 冬瓜Q、薏仁	6.5	2.4	2.5	3	833
6/13	二	白米飯	蜜燒豆腸 豆腸/燒	芋頭燒玉米 玉米S、芋頭Q、毛豆T/煮	炒湯匙菜 青菜Q/炒	素蒼蠅頭 香菇Q、干丁/炒	南洋咖哩 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	有機蔬菜	日式味噌湯 蘿蔔Q、海帶芽	6.5	2.5	2.4	3	838
6/14	三	麻油炒飯	木耳烤麩 木耳Q、烤麩/燒	紫米糕捲 紫米糕捲/炸	九香豆干結 九層塔、豆干結/炒	鐵板茄子 茄子Q/燴	清炒高麗 高麗菜Q/炒	季節蔬菜	鮮白菜湯 大白菜Q	6.6	2.5	2.8	3	855
6/15	四	小米香飯	大溪黑豆干 黑豆干/滷	鮮味佛手瓜 佛手瓜Q、秀珍菇Q/炒	西紅柿洋芋 番茄Q、洋芋Q/炒	紅燒大頭菜 大頭菜Q/燒	枸杞南瓜燒 枸杞、南瓜Q/燒	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆T	6.4	2.6	2.8	2.8	839
6/16	五	白米飯	四角油腐 油豆腐/燒	彩椒小黃瓜 彩椒Q、小黃瓜Q/炒	鮮炒豆薯 豆薯Q/炒	榨菜三絲 榨菜絲、芹菜Q、黃干絲/炒	蜜汁四分干 四分干/滷	有機蔬菜	金針粉絲湯 金針花、粉絲	6.4	2.5	2.6	3	836
6/17	六	糙米飯	醬燒豆包 豆包/燒	塔香素肚 九層塔、素肚/燒	翠綠花椰 花椰菜C/炒	佛跳牆 大白菜Q、芋頭Q、紅蘿蔔Q/煮	糖醋甜條 甜不辣T/燒	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄Q、豆腐	6.5	2.5	2.4	3	838
6/19	一	薏仁米飯	紅燒花干 蘭花干/燒	蔬菜炒豆芽 豆芽Q、紅蘿蔔Q/炒	翠炒小白 小白菜Q/炒	蕃茄豆腐 蕃茄Q、豆腐/炒	梅干燒瓜 梅干、苦瓜Q/燒	產銷履歷蔬菜	迪化麵線湯 木耳Q、紅麵線、紅蘿蔔Q	6.6	2.3	2.7	2.9	833
6/20	二	白米飯	嫩煎豆腐 板豆腐/燒	三杯蜜燒地瓜 九層塔、地瓜Q/燒	紅絲炒白干 白干絲、紅蘿蔔Q、芹Q/炒	筍香麵輪 筍、麵輪/滷	義式燉薯塊 洋芋Q、紅蘿蔔Q、義式香草/燉	有機蔬菜	菇菇火鍋湯 金針菇Q、高麗菜Q	6.6	2.5	2.6	2.8	841
6/21	三	什錦燴麵	素沙茶百頁 百頁/燒	香燴扁蒲 扁蒲Q/煮	醬炒萵苣 萵苣Q/炒	紅燒白玉 蘿蔔Q、紅蘿蔔Q/煮	蜜汁豆腸 芝麻、豆腸/燒	季節蔬菜	結頭菜湯 結頭菜Q	6.6	2.5	2.7	3	852
6/22	四	~端午節連假~												
6/23	五	~端午節連假~												
6/26	一	蕎麥Q飯	蜜燒豆干 豆干/滷	香菇燴西蘭花 西蘭花Q、香菇Q/炒	港式蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	螞蟻上樹 高麗菜Q、冬粉/炒	客家桂筍 桂竹筍/炒	產銷履歷蔬菜	南瓜濃湯 南瓜Q、紅蘿蔔Q	6.6	2.4	2.5	2.8	831
6/27	二	白米飯	木耳四角油腐 木耳Q、油豆腐/煮	薑炒芥藍 薑、芥藍Q/炒	三杯杏鮑菇 西芹Q、杏鮑菇Q/炒	香炒洋芋 洋芋Q、紅蘿蔔Q/燒	夜市滷味燙 香菇Q、素肚/燴	有機蔬菜	素肉骨茶湯 蘿蔔Q、素肉骨茶包	6.4	2.7	2.5	2.8	839
6/28	三	香椿炒飯	五香小方干 豆干/滷	枸杞絲瓜 枸杞、絲瓜Q/炒	玉米毛豆 玉米S、紅蘿蔔Q、毛豆S/炒	蜜燒百頁 百頁/煮	香拌干絲 芹Q、白干絲	季節蔬菜	佛手瓜湯 佛手瓜Q	6.6	2.5	2.4	3	845
6/29	四	白米飯	茄汁豆包 豆包/燒	蔬菜甜椒 甜椒Q、豆薯Q/炒	九香紫茄 紫茄Q、九層塔/燒	宮保甘藍 甘藍Q/炒	紅燒烤麩 烤麩、紅蘿蔔Q/燒	有機蔬菜	山藥薏仁湯 山藥Q、蘿蔔Q、薏仁	6.3	2.8	2.4	3	846
6/30	五	地瓜絲飯	麻油燒豆腐 豆腐/燒	泰式打拋 干丁、番茄Q、九層塔/炒	芝麻海根 芝麻、海根/燒	鮮味刺瓜 紅蘿蔔Q、刺瓜Q/煮	酸甜黑木耳 木耳Q/燴	有機蔬菜	紫菜豆芽湯 紫菜、豆芽Q	6.4	2.7	2.4	2.7	832

*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 吳品萱 林芊慧