



桃園國中

美味午餐 114.12月午餐菜單

* 皇佳食品廠
臺灣豬標章
QR碼



皇佳食品廠 皇佳食品廠 皇佳食品廠

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	產銷履歷	湯品	全蛋類	豆魚類	蔬菜類	油脂類	熱量
1	一	糙米飯	★安東燉雞 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔腰膠-煮	★油腐粉絲煲 油腐冬粉絞肉S-煮	產銷履歷	★玉米濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔腰膠雞蛋Q	7	2.6	1.8	3.2	874
2	二	香Q白飯	★義式魚丁 魚丁Q洋蔥Q-煮	紅絲藻唇片 藻唇片紅蘿蔔腰膠-炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 蘿蔔Q排骨S	6.5	2.7	1.9	3.3	854
3	三	炒飯	香滷雞腿 雞腿S-煮	★三杯雙味 豆干素肚-煮	季節青菜	金針雞湯 乾金針T木耳Q雞丁S	6.5	2.6	1.8	3.1	835
4	四	麥片飯	呷滋豬排 豬排S-炸	翠炒什錦 小黃瓜Q黑輪Q紅蘿蔔腰膠-炒	有機蔬菜	燒仙草 花豆綠豆薏仁Q露仙草汁	6.7	2.5	1.9	3.1	844
5	五	小米飯	蒜味燉雞 雞丁S南瓜Q-煮	紅燒蘭花干 蘭花干紅蘿蔔腰膠木耳Q-燒	有機蔬菜	刺瓜肉絲湯 大黃瓜Q肉絲S	6.7	2.6	1.9	3.2	856
8	一	燕麥飯	★香酥魚排 魚排S-炸	紅仁高麗菜 高麗菜Q紅蘿蔔腰膠-炒	產銷履歷	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q雞丁S	6.5	2.7	1.7	3.3	849
9	二	胚芽米飯	打拋肉片 肉片S洋蔥Q番茄Q-煮	★鍋燒什錦 麵條筍丁紅蘿蔔腰膠-煮	有機蔬菜	結頭菜排骨湯 結頭菜Q排骨S	6.8	2.6	1.8	3.1	856
10	三	蔬食日 香鬆飯	★腰果蜜燒黑干 黑豆干腰果-煮	瓜仔肉末 碎瓜丁絞肉S-煮	季節青菜	★薑絲海帶湯 海帶芽雞蛋Q	6.7	2.7	1.7	3.1	854
11	四	香Q白飯	金黃咖哩豬 肉丁S南瓜Q-煮	雞柳條x2 雞柳條S-炸	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜T肉絲S	6.8	2.5	1.7	3.3	855
12	五	什穀米飯	春川炒雞 雞丁S大白菜Q年糕-煮	韭香銀芽 豆芽菜Q韭菜Q-炒	有機蔬菜	★白玉羹湯 蘿蔔Q紅蘿蔔腰膠肉絲S木耳Q雞蛋Q	6.8	2.7	1.9	3.2	870
15	一	麥片飯	★照燒魚 魚丁Q洋蔥Q-煮	★海山醬油腐 油腐-煮	產銷履歷	薏仁排骨湯 薏仁馬鈴薯Q排骨S	6.7	2.7	1.6	3.2	856
16	二	肉絲炒麵	BBQ豬排 豬排S-燒	玉米彩丁 玉米粒Q紅蘿蔔腰膠毛豆腰膠-炒	有機蔬菜	佛手雞丁湯 佛手瓜Q雞丁S	6.5	2.6	1.8	3.2	839
17	三	小米飯	蒜香雞腿 雞腿S-煮	滷味燙 高麗菜Q豆管肉片S-煮	季節青菜	★味噌豆腐湯 豆腐	6.7	2.5	1.7	3.1	839
18	四	燕麥飯	五香滷肉 肉丁S豬蹄丁S蘿蔔Q-煮	芹香肉絲 芹菜Q肉絲S紅蘿蔔腰膠木耳Q-炒	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆腰膠湯圓	6.5	2.5	1.8	3	823
19	五	胚芽米飯	三杯雞 雞丁S米血S-煮	★雪蓮子麵筋 油泡雪蓮子-煮	有機蔬菜	★田園濃湯 南瓜Q紅蘿蔔腰膠雞蛋Q	6.5	2.6	1.7	3.2	837
22	一	香Q白飯	南洋咖哩雞 雞丁S馬鈴薯Q-煮	★小瓜什錦 小黃瓜Q甜不辣Q紅蘿蔔腰膠-炒	產銷履歷	結頭菜肉絲湯 結頭菜Q肉絲S	6.7	2.6	1.7	3.2	851
23	二	麥片飯	★豆瓣魚丁 魚丁Q豆腐-煮	★肉末炒蛋 洋蔥Q絞肉S雞蛋Q-炒	有機蔬菜	★日式海芽湯 海帶芽小魚干	6.8	2.5	1.7	3.3	855
24	三	蔬食日 海苔飯	★滷蛋海帶 雞蛋Q海帶結-煮	綠蔬花椰菜 青花菜S紅蘿蔔腰膠-炒	季節青菜	★芙蓉濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔腰膠雞蛋Q	6.5	2.7	1.7	3.2	844
25	四	~行憲紀念日放假~									
26	五	燕麥飯	香酥豬排 豬排S-炸	★蛋香高麗 高麗菜Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜	藥膳湯 豆腐Q排骨S	6.6	2.5	1.8	3.1	834
29	一	胚芽米飯	蒜味南瓜豬 肉丁S南瓜Q-煮	什錦時瓜 佛手瓜Q魚丸S-煮	產銷履歷	海結排骨湯 海帶結排骨S	6.8	2.6	1.6	3.3	860
30	二	糙米飯	燒炸雞腿 雞腿S-燒後炸	★麻婆豆腐 豆腐絞肉S-煮	有機蔬菜	金針湯 乾金針T木耳Q肉絲S	6.5	2.7	1.7	3.3	849
31	三	炒飯	泡菜肉片 肉片S大白菜Q-煮	大根燒 蘿蔔Q紅蘿蔔腰膠鮮菇Q肉絲小卷-煮	季節青菜	黃瓜湯 大黃瓜Q雞丁S	6.5	2.7	1.8	3.3	851

* 本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均、謝依寬

* 本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。 * 三章1Q豆奶日：12/24(三)。

(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：溯源農糧產品 (T)：產地-台灣

※過敏源資訊：本菜單含「蛋類、麩質穀物及其製品、大豆製品、魚類及其製品、甲殼類及其製品、乳製品」，菜名以★標示含有過敏原，對其過敏體質者請詳閱菜單。

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜			季節湯品	湯品	全穀類	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
1	一	糙米飯	油腐粉絲 油腐冬粉-煮	醬燉馬鈴薯 馬鈴薯Q紅蘿蔔腰豆-煮	薑味什蔬 冬瓜Q毛豆腰豆紅蘿蔔腰豆-煮	牛蒡排 牛蒡排-燒	產前產後	玉米濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔腰豆	6.5	2.7	2.2	3.3	849
2	二	香Q白飯	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	紅絲藻唇片 藻唇片Q紅蘿蔔腰豆-炒	蔬炒蓮藕 蓮藕Q芹菜木耳Q-炒	炒花椰菜 青花菜S紅蘿蔔腰豆-炒	有機蔬菜	雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔腰豆	6.8	2.6	2.4	3.1	856
3	三	炒飯	三杯雙味 豆干素肚-煮	素燒大頭菜 大頭菜Q豆干-燒	鮮菇時瓜 佛手瓜Q紅蘿蔔腰豆鮮菇Q-煮	椒鹽蘿蔔糕 蘿蔔糕-炸	季節青菜	金針湯 乾金針木耳Q	6.7	2.7	2	3.1	854
4	四	麥片飯	糖醋豆腸 豆腸-燒	玉筍炒什錦 小黃瓜Q玉米筍Q紅蘿蔔腰豆-炒	醬燒烤麩 均飽毛豆腰豆蒜苗紅蘿蔔腰豆木耳Q-燒	枸杞麻香薯片 豆薯Q-煮	有機蔬菜	燒仙草 花豆綠豆薏仁Q圓仙草汁	6.8	2.5	2.2	3.3	855
5	五	小米飯	紅燒蘭花干 蘭花干木耳Q紅蘿蔔腰豆-燒	栗子白菜 大白菜Q紅蘿蔔腰豆蒜苗綠栗子-煮	腰果彩蔬 紫山藥Q三色豆S腰果-炒	樹子苦瓜 苦瓜Q-煮	有機蔬菜	刺瓜湯 大黃瓜Q素香結頭	6.8	2.7	2.3	3.2	870
8	一	燕麥飯	鐵板豆腐 豆腐三色豆S-煮	什炒青椒 青椒Q紅蘿蔔腰豆木耳Q-炒	蔬菜腐皮絲 腐皮絲高麗菜Q紅蘿蔔腰豆-炒	素棒腿 素棒腿-燒	產前產後	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q	6.7	2.6	2	3	849
9	二	胚芽米飯	四喜豆包丁 豆包丁木耳Q紅蘿蔔腰豆豆腐肉-煮	鍋燒什錦 麵筋Q紅蘿蔔腰豆-煮	雪菇油菜 油菜腰豆雪菇Q-炒	香拌干絲 干絲海帶絲紅蘿蔔腰豆-炒	有機蔬菜	結頭菜湯 結頭菜Q紅蘿蔔腰豆	6.8	2.5	2.2	3.2	863
10	三	糙米飯	蜜燒黑豆干 黑豆干-煮	雙色山藥 山藥Q香菇Q紅蘿蔔腰豆玉米粒Q-炒	糖醋甜條 甜不辣-煮	酸菜麵腸 麵腸酸菜-炒	季節青菜	海芽湯 海帶芽	7	2.5	2	3	863
11	四	香Q白飯	滷三角油腐 三角油腐-滷	木耳白花菜 白花菜S木耳Q紅蘿蔔腰豆-炒	南瓜咖哩 百頁豆腐南瓜Q-煮	炒海根 海帶根紅蘿蔔腰豆-煮	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜T素肉絲	6.7	2.6	2.4	3.1	864
12	五	什穀米飯	韓式凍豆腐 凍豆腐大白菜Q-煮	炒什菇 香菇Q鮑魚菇Q金針菇Q-炒	黑椒銀芽 豆芽菜Q紅蘿蔔腰豆木耳Q-炒	蔬炒什錦 素雞芹菜Q木耳Q-炒	有機蔬菜	什蔬蓮藕湯 蘿蔔Q紅蘿蔔腰豆蓮藕Q玉米粒Q	6.5	2.5	2.3	3.2	844
15	一	麥片飯	海山醬油腐 油腐-煮	素什錦燒 什錦燒-燒	炒牛蒡 牛蒡Q紅蘿蔔腰豆木耳Q-炒	鮮燴黃瓜 大黃瓜Q紅蘿蔔腰豆-炒	產前產後	薏仁湯 薏仁馬鈴薯Q	6.5	2.7	2.3	3	850
16	二	香Q白飯	蠔油五香豆干x2 五香豆干-煮	甜芋頭塊 芋頭Q-煮	碎瓜素燥 碎瓜T素絞肉-煮	玉米四色 玉米粒Q紅蘿蔔腰豆紫山藥Q毛豆腰豆-炒	有機蔬菜	佛手湯 佛手瓜Q紅蘿蔔腰豆	6.8	2.4	2	3	841
17	三	炒飯	五柳豆包 豆包木耳Q鮮菇Q紅蘿蔔腰豆-燒	客家筍茸 筍茸-煮	炒青江菜 青江菜腰豆綠豆紅蘿蔔腰豆-炒	滷味燙 高麗菜Q豆干-煮	季節青菜	味噌豆腐湯 豆腐	6.7	2.5	2.4	3	852
18	四	燕麥飯	蘿蔔蘭花干 蘭花干蘿蔔Q-煮	素昌旺 豆腐素雞腰菜T-煮	芹香彩絲 芹菜Q干絲紅蘿蔔腰豆-炒	酥炸可樂餅 可樂餅S-炸	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆腰豆湯圓	6.5	2.5	2	3.2	837
19	五	胚芽米飯	三杯雙併 豆干素肚-煮	豉汁苦瓜 苦瓜Q-煮	拌雜菜 冬粉海帶芽黃豆芽Q紅蘿蔔腰豆-炒	雪蓮子麵筋 油泡雪蓮子-煮	有機蔬菜	田園濃湯 南瓜Q紅蘿蔔腰豆	6.7	2.5	2	3.2	851
22	一	香Q白飯	燒嫩油腐 嫩油腐-燒	麻油腰花 素腰花-煮	鮮菇小瓜 小黃瓜Q鮮菇Q紅蘿蔔腰豆-炒	雪菜腐皮絲 油菜腰豆腐皮絲-炒	產前產後	結頭菜湯 結頭菜Q紅蘿蔔腰豆	6.5	2.7	2.2	3	848
23	二	麥片飯	紅燒烤麩 烤麩紅蘿蔔腰豆木耳Q-燒	茄汁豆腐 豆腐蕃茄Q-煮	油燻筍 筍T-煮	香酥甘薯條 甘薯條腰豆-炸	有機蔬菜	日式海芽湯 海帶芽	6.7	2.5	2.3	3.2	858
24	三	糙米飯	蔬菜排 蔬菜排-燒	枸杞山藥 山藥Q-煮	醬炒干片 干片-炒	雙色花椰 青花菜S白花菜S紅蘿蔔腰豆-炒	季節青菜	芙蓉濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔腰豆	6.8	2.6	2.4	3	866
~行憲紀念日放假~													
26	五	燕麥飯	塔香豆腸 豆腸-燒	什炒高麗 高麗菜Q麵筋木耳Q-炒	豆仁冬瓜 冬瓜Q紅蘿蔔腰豆毛豆腰豆-煮	糖醋藕片 蓮藕Q-煮	有機蔬菜	藥膳湯 豆薯Q豆干	6.7	2.4	2.4	3	844
29	一	胚芽米飯	醬燒豆包 豆包-燒	珍菇佛手 佛手瓜Q珍菇Q紅蘿蔔腰豆-煮	紅燒茄子 茄子Q-燒	堅果南瓜 南瓜Q南瓜子毛豆腰豆-煮	產前產後	海結湯 海帶結	6.8	2.5	2.3	3.2	865
30	二	糙米飯	豆瓣豆腐 豆腐-煮	洋芋咖哩 馬鈴薯Q紅蘿蔔腰豆-煮	薑炒菇菇 香菇Q鴻喜菇Q鮑魚菇Q木耳Q-炒	木耳扁蒲 扁蒲Q紅蘿蔔腰豆木耳Q-煮	有機蔬菜	金針湯 乾金針T木耳Q素肉絲	6.7	2.6	2.2	3.3	868
31	三	香Q白飯	大溪黑豆干 黑豆干-燒	糖蜜地瓜 地瓜腰豆-煮	泡菜什錦 凍豆腐大白菜Q-煮	大根燒 蘿蔔Q紅蘿蔔腰豆鮮菇Q筍干小卷-煮	季節青菜	黃瓜湯 大黃瓜Q紅蘿蔔腰豆	6.7	2.7	2.2	3	862

*本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均、謝依寬

*三章IQ豆奶日：12/24(三)

(S)：CAS 台灣優良農產品標章

(Q)：溯源農糧產品

(T)：產地-台灣

※過敏源資訊：本菜單含「麩質穀物及其製品、大豆製品、堅果類」，對其過敏體質者請詳閱菜單。

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂類	熱量
12/1	一	小米飯	糖醋炸魚柳x3 炸:淋醬、魚柳Q、洋葱Q、彩椒Q	蜜糖四分干 油:四分干、地瓜T	肉燥淋高麗 炒:高麗菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q、絞肉S	履歷蔬菜 玉米Q、紅蘿蔔Q、洋葱Q、蛋Q	玉米濃湯	6	2	2	2	840
12/2	二	白飯	蜜汁炒肉片 炒:肉片S、洋葱Q、芝麻	螞蟻上樹 炒:冬菇、絞肉S、木耳Q、芹Q	鮮菇脆筍 炒:筍片、紅蘿蔔Q、蒜Q	有機蔬菜 豆腐、海帶芽、韓式泡菜、肉絲S	韓式豆腐湯	6	2	2	2	841
12/3	三	肉絲炒飯	滷雞腿 油:雞腿S	茄汁甜不辣 燒:甜不辣Q、小瓜Q	蒜香季豆 炒:敏豆Q、紅蘿蔔Q	季節蔬菜 米粉、肉絲S、芹Q、乾香菇	米粉湯	6	2	2	2	834
12/4	四	燕麥飯	咖哩燉肉 煮:肉T、S、馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q	毛豆油泡 煮:毛豆Q、小油泡	肉絲海根 燒:海帶根、紅蘿蔔Q、肉絲S	有機蔬菜 Q、花豆、仙草汁	暖心燒仙草	6	2	2	2	830
12/5	五	白飯	米血三杯雞 炒:雞肉T、米血S、九層塔	番茄炒蛋 炒:蛋Q、番茄Q	蝦香大頭菜 炒:大頭菜Q、木耳Q、紅蘿蔔Q、蝦米	有機蔬菜 乾金針、金針菇Q、肉絲S	金針肉絲湯	6	2	2	2	827
12/8	一	白飯	夜市排骨酥 炸:肉T、S、排骨S	柴魚大根煮 煮:白蘿蔔Q、油豆腐、柴魚	紅仁花椰 炒:花椰菜Q、紅蘿蔔Q	履歷蔬菜 冬瓜Q、肉片S、當歸片、枸杞	藥膳燉湯	6	2	2	2	831
12/9	二	糙米飯	沙茶魚丁 燒:魚丁Q、高麗菜Q、木耳Q、豆皮	芙蓉蒸蛋 蒸:蛋Q、香菇Q、玉米Q、毛豆Q	鐵板豆芽菜 炒:豆芽菜Q、木耳Q、紅蘿蔔Q、肉絲S	有機蔬菜 筍絲、木耳Q、紅蘿蔔Q、肉羹S	蒜味肉羹湯	6	2	2	2	839
12/10	三	鮮菇鐵板麵	五香豆包 燒:豆包、絞肉S	素雞香干 炒:素雞、小黃瓜Q、花生	塔香海帶 油:海帶絲、九層塔	季節蔬菜 榨菜絲、蒜Q、紅蘿蔔Q	鮮菇榨菜湯	6	2	2	2	867
12/11	四	白飯	燒腿排 燒:腿排S	番茄燴豆腐 燒:豆腐、絞肉S、番茄Q	焗烤年糕白菜 燒:烤、白菜Q、蒜Q、紅蘿蔔Q、年糕、起司	有機蔬菜 海帶芽、蛋Q	海芽蛋花湯	6	2	2	2	849
12/12	五	地瓜飯	橙汁排骨 燒:肉T、S、排骨S、洋葱Q	醬爆薯丁 炒:豆薯Q、絞肉S、紅蘿蔔Q	脆炒佛手瓜 炒:佛手瓜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	有機蔬菜 玉米Q、洋葱Q、味噌	日式味噌湯	6	2	2	2	836
12/15	一	紅藜飯	黑胡椒雞翅 燒:雞翅S	古早味豆干 燒:豆干T、絞肉S、碎瓜	蒜蓉扁蒲 燒:扁蒲Q、紅蘿蔔Q、香菇Q	履歷蔬菜 冬粉、肉絲S、紅蘿蔔Q、乾香菇	肉絲粉絲湯	6	2	2	2	830
12/16	二	白飯	紅燒滷豬腳 油:肉T、S、豬腳S	芹香黑白絲 炒:白干絲、海帶絲、紅蘿蔔Q、芹Q	大瓜燒雞 炒:大黃瓜Q、木耳Q、雞肉T	有機蔬菜 番茄Q、蛋Q	番茄蛋花湯	6	2	2	2	830
12/17	三	香菇油飯	炸鹹酥雞 炸:雞肉T、九層塔	蜜汁地瓜 燒:地瓜T、芝麻	豆瓣筍茸 燒:筍茸、梅干菜	季節蔬菜 肉片S、白菜Q、香菇Q	豬肉火鍋湯	6	2	2	2	840
12/18	四	紫米飯	泡菜燒肉 炒:肉片S、洋葱Q、韓式泡菜	洋蔥炒蛋 炒:蛋Q、洋葱Q、紅蘿蔔Q	肉絲條豆 炒:敏豆Q、肉絲S	有機蔬菜 紅豆T、湯圓	紅豆湯圓	6	2	2	2	846
12/19	五	白飯	南洋香料魚 煮:魚T、Q、南瓜Q、紅蘿蔔Q	家常肉豆腐 燒:油豆腐、絞肉S	清炒時蔬 炒:高麗菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	有機蔬菜 米苔目、肉絲S、芹Q、乾香菇	客家米苔目	6	2	2	2	843
12/22	一	白飯	蔥油雞肉柳 炒:雞肉T	糖醋凍豆腐 燒:凍豆腐、番茄Q、毛豆Q	醬燒海帶 燒:海帶、金針菇Q、肉絲S、芝麻	履歷蔬菜 朴菜、筍片、肉片S	福菜肉片湯	6	2	2	2	827
12/23	二	胚芽飯	焗烤風味燉肉 煮、烤:肉T、S、洋葱Q、蒜Q、起司	五香滷蛋 油:蛋Q	魚丸燒白菜 燒:白菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q、魚丸Q	有機蔬菜 油豆腐、白蘿蔔Q、玉米Q、柴魚	關東煮湯	6	2	2	2	834
12/24	三	奶油培根螺旋麵	義式豆皮結 燒:豆皮結、紅蘿蔔Q	香甜芋泥包 蒸:60g芋泥包S	彩蔬花椰菜 炒:花椰菜Q、彩椒Q	季節蔬菜 高麗菜Q、番茄Q、芹Q	羅宋湯	6	2	2	2	854
12/25	四	行憲紀念日休假日，本日不供餐										
12/26	五	五穀飯	四川麻婆魚 煮:魚丁Q、豆腐、蒜Q	沙嗲炒肉 炒:小瓜Q、肉片S、紅蘿蔔Q、花生	腐皮黃豆芽 炒:黃豆芽Q、木耳Q、豆皮	有機蔬菜 冬瓜Q、薏仁、肉片S	冬瓜薏米湯	6	2	2	2	830
12/29	一	麥片飯	壽喜燒豬肉 煮:肉片S、洋葱Q、柴魚	腰果黑豆干 油:黑豆干、腰果片	西芹黑輪 炒:黑輪T、Q、西芹Q	履歷蔬菜 紅麵線、筍絲、木耳Q、肉絲S、紅蘿蔔Q	紅麵線湯	6	2	2	2	842
12/30	二	白飯	三杯小雞腿x2 燒:翅小腿S、九層塔	韓式炒寬粉 炒:寬粉、海帶芽、洋葱Q、紅蘿蔔Q、芝麻	鮮肉黃瓜 燒:黃瓜Q、木耳Q、肉片S	有機蔬菜 豆腐、味噌、柴魚	日式豆腐湯	6	2	2	2	829
12/31	三	櫻花蝦炒飯	BBQ烤雞腿 烤:雞腿S	甘梅薯條 炸:地瓜Q	香菇高麗 炒:高麗菜Q、紅蘿蔔Q、香菇Q	季節蔬菜 豆薯Q、紅蘿蔔Q、雞肉T	豆薯雞湯	6	2	2	2	851

★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
 ◎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」，不適宜其過敏體質者食用，請留意。
 ☆回饋豆奶:12/24(三)
 營養師:沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩



日期	星期	主食	主菜	美味副菜				蔬菜	湯品	附餐	全餐總價	豆漿類	湯類	熱量
12/1	一	小米飯	糖醋素肚 燒素肚、彩椒Q	五香四分干 滷四分干	脆炒高麗 炒高麗菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	地瓜絲餅 炸地瓜、芝麻	豆醬銀耳 燒銀耳	履歷蔬菜	玉米濃湯 玉米Q、紅蘿蔔Q、蒜Q	6	2	2	2	840
12/2	二	白飯	清蒸豆皮捲 蒸豆皮、蔬菜捲	螞蟻上樹 炒冬菇、木耳Q、芹Q	鮮菇脆筍 炒筍片、紅蘿蔔Q、蒜Q	蜜汁麵腸 炒麵腸片、芝麻	枸杞雪裡紅 炒雪裡紅、枸杞	有機蔬菜	韓式豆腐湯 豆腐、海帶芽、韓式泡菜	6	2	2	2	841
12/3	三	香椿炒飯	滷豆包x1 滷豆包	茄汁甜不辣 燒素甜不辣、小瓜Q	紅仁季豆 炒紅豆Q、紅蘿蔔Q	椒麻茄子 燒茄子Q	涼拌蓮藕 燙拌蓮藕Q、香菜	季節蔬菜	芋頭米粉湯 米粉、芋頭Q、芹Q、乾香菇	6	2	2	2	834
12/4	四	燕麥飯	椒鹽豆腐 炸豆腐	蔭豉炒豆干 炒豆干片、紅蘿蔔Q、豆豉	咖哩洋芋 煮馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q	紅燒海根 燒海帶根	油揚青江菜 炒青江菜Q、豆皮	有機蔬菜	暖心燒仙草 QQ、花豆、仙草汁	6	2	2	2	830
12/5	五	白飯	茄汁豆腸 燒豆腸、香菇Q、毛豆Q	紅油桂竹筍 燒桂竹筍	清炒大頭菜 炒大頭菜Q、木耳Q、紅蘿蔔Q	三杯素米血 炒素米血、蒜Q、九層塔	腰果玉米 炒玉米Q、腰果片	有機蔬菜	金針花湯 乾金針、金針菇Q	6	2	2	2	827
12/8	一	白飯	照燒油豆腐 燒油豆腐	蔬菜丸子 炸菜Q、玉米Q、芝麻	彩椒花椰 炒花椰菜Q、彩椒Q	白果山藥 炒山藥Q、白果	和風蘿蔔圈 滷白蘿蔔Q	履歷蔬菜	藥膳燉湯 冬瓜Q、當歸片、枸杞	6	2	2	2	831
12/9	二	糙米飯	宮保凍豆腐 燒凍豆腐、小黃瓜Q	麻油豆皮 煮豆皮、蒜Q	鐵板豆芽菜 炒豆芽菜Q、木耳Q、紅蘿蔔Q	沙茶高麗 燒高麗菜Q、木耳Q	香辣脆脯 炒脆脯	有機蔬菜	三絲湯 筍絲、木耳Q、紅蘿蔔Q	6	2	2	2	839
12/10	三	鮮菇鐵板麵	大溪黑干 滷黑豆干	青椒素蝦仁 炒青椒Q、茼蒿	塔香海帶 滷海帶絲、九層塔	炸牛蒡餅 炸牛蒡Q、紅蘿蔔Q、芝麻	香草烤櫛瓜 烤櫛瓜Q	季節蔬菜	鮮菇榨菜湯 榨菜絲、蒜Q、紅蘿蔔Q	6	2	2	2	867
12/11	四	白飯	番茄燴豆腐 燒豆腐、番茄Q	炒大白菜 煮白菜Q、紅蘿蔔Q	菇菇年糕 炒年糕、蒜Q	紅燒豆皮結 燒豆皮結、木耳Q	樹子苦瓜 燒苦瓜Q	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽	6	2	2	2	849
12/12	五	地瓜飯	橙汁烤麩 燒烤麩、彩椒Q	醬爆薯丁 炒豆薯Q、紅蘿蔔Q	脆炒佛手瓜 炒佛手瓜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	芹香干鍋 炒豆干片、芹Q	蠔油地瓜葉 煮地瓜葉Q	有機蔬菜	日式味噌湯 玉米Q、蒜Q、味噌	6	2	2	2	836
12/15	一	紅藜飯	黑椒蘭花干 燒蘭花干	古早味豆干 燒豆干丁、碎瓜	鮮燴扁蒲 燒扁蒲Q、紅蘿蔔Q、香菇Q	百香青木瓜 拌青木瓜Q	蜜汁芋頭 蒸芋頭Q、芝麻	履歷蔬菜	芹菜粉絲湯 冬瓜片Q、木耳Q	6	2	2	2	830
12/16	二	白飯	紅燒豆腸 燒豆腸、乾香菇	芹香黑白絲 炒白干絲、海帶絲、紅蘿蔔Q、芹Q	木須大瓜 炒大黃瓜Q、木耳Q	薑絲萵苣 炒萵苣Q	栗子麵筋 煮小油泡、栗子	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄Q、豆腐	6	2	2	2	830
12/17	三	香菇油飯	梅香腐竹 燒腐竹、梅干菜	蘿蔔滷味 滷白蘿蔔Q、百頁豆腐	豆瓣筍茸 燒筍茸	雙色淮山 燒白山藥Q、紫山藥Q	素鍋貼x1 炸素鍋貼	季節蔬菜	汕頭火鍋湯 白菜Q、香菇Q	6	2	2	2	840
12/18	四	紫米飯	泡菜豆包 炒豆包、韓式泡菜	冬瓜土豆仁 煮冬瓜Q、木豆花生	脆炒條豆 炒紅豆Q	塔香燒茄 燒茄子Q、九層塔	沙茶素什錦 炒玉米筍Q、蒜Q、紅蘿蔔Q、青豆Q	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆T、湯圓	6	2	2	2	846
12/19	五	白飯	南洋素雞片 燒素雞片、紅蘿蔔Q	家常豆腐 燒油豆腐	清炒時蔬 炒高麗菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	五味結頭菜 炒結頭菜Q、蒜Q	香烤南瓜 燒南瓜Q	有機蔬菜	客家米苔目 米苔目、芹Q、乾香菇	6	2	2	2	843
12/22	一	白飯	糖醋凍豆腐 燒凍豆腐、番茄Q	枝豆干丁 炒豆干丁、毛豆Q	醬燒海帶 燒海帶金針菇Q、芝麻	黑胡椒櫛瓜 炒櫛瓜Q、紅蘿蔔Q	和風牛蒡絲 蒸芝麻牛蒡絲	履歷蔬菜	福菜筍片湯 什菜、筍片	6	2	2	2	827
12/23	二	胚芽飯	大瓜封 煮大瓜Q、豆腐、芹Q、紅蘿蔔Q	墨西哥洋芋 煮洋芋Q、蒜Q	燒白菜 燒白菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	黃燜醬烤麩 燒烤麩Q	羅勒玉米 炒玉米Q、紅蘿蔔Q	有機蔬菜	關東煮湯 油豆腐、白蘿蔔Q	6	2	2	2	834
12/24	三	白醬螺旋麵	義式豆皮結 燒豆皮結、紅蘿蔔Q	香甜芋泥包 煮芋泥包S	彩蔬花椰菜 炒花椰菜Q、彩椒Q	炸雙菇 炸香菇Q、杏鮑菇Q	炒手切脯 炒素脯	季節蔬菜	羅宋湯 高麗菜Q、番茄Q、芹Q	6	2	2	2	854
12/25	四	行憲紀念日休假一日，本日不供餐												
12/26	五	五穀飯	麻婆豆腐 煮豆腐、蒜Q	沙嗲拌小瓜 炒小瓜Q、紅蘿蔔Q、花生	腐皮黃豆芽 炒黃豆芽Q、木耳Q、豆皮	燒蘿蔔糕 燒蘿蔔糕	薑絲麵腸 炒麵腸片	有機蔬菜	冬瓜薏米湯 冬瓜Q、薏仁	6	2	2	2	830
12/29	一	麥片飯	腰果黑豆干 滷黑豆干、腰果片	茄汁小油丁 炒小油丁、番茄Q	日式壽喜燒 煮菇Q、茼蒿、木耳Q	芋頭絲餅 炸芋頭Q、紅蘿蔔Q、芝麻	翠炒銀杏 炒芥菜Q、白果、蝦頭	履歷蔬菜	紅麵線湯 紅麵線、筍絲、木耳Q、紅蘿蔔Q	6	2	2	2	842
12/30	二	白飯	三杯素肚絲 燒素肚、九層塔	韓式炒寬粉 煮冬粉、海帶芽、紅蘿蔔Q、芝麻	鮮炒黃瓜 燒黃瓜Q、木耳Q	西芹豆包丁 炒豆包、西芹Q	蘿蔔麵輪 燒白蘿蔔Q、麵輪	有機蔬菜	日式豆腐湯 豆腐、味噌	6	2	2	2	829
12/31	三	玉米炒飯	海苔素排 燒海苔素排	甘梅薯條 炸地瓜Q	香菇高麗 炒高麗菜Q、紅蘿蔔Q、香菇Q	泡菜金菇 炒金針菇Q、韓式泡菜	醬燒葫蘆捲 燒葫蘆捲、筍片	季節蔬菜	和風豆薯湯 豆薯Q、紅蘿蔔Q、蒜Q	6	2	2	2	851

★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

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

☆回饋豆奶:12/24(三)

營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩

裕民田精緻午餐

桃園國中
114年12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 雞翅 (份)	主菜 肉類 (份)	蔬菜類 (份)	油類 (份)	海鮮類 (份)	熱量 (Kcal)
12/1	一	麥片飯	炸脆香香雞 C雞丁/炸	椒鹽百頁 百頁/煎	鮮炒高麗 0高麗菜、T紅蘿蔔/炒	產銷 履歷 蔬菜	玉米濃湯 C玉米、0蛋、T紅蘿蔔	6 2	2 4	2 6	3 0	8 4
12/2	二	白米飯	蘿蔔燉魚 0魚丁、0白蘿蔔、0番茄/煮	▲紅燒油腐 油腐、蔥	黑米糕捲 黑米糕捲/烤	有機 蔬菜	豆薯雞湯 C雞丁、0豆薯、0鮮菇	6 2	2 7	2 2	2 7	8 3
12/3	三	打拋豬肉麵	鹹香滷雞腿 C雞腿/滷	塔香拼盤 素雞、九層塔、海帶根、C肉絲/燒	韭菜銀芽 0豆芽、0韭菜、T紅蘿蔔/煮	季節 蔬菜	冬菜粉絲湯 粉絲、冬菜、C肉絲	6 4	2 6	2 2	2 9	8 9
12/4	四	白米飯	香蒜大排 C豬排/燒	雞塊*2 C雞塊/烤	肉末炒冬粉 0高麗、冬粉、C絞肉/炒	有機 蔬菜	蜜豆燒仙草 仙草、蜜豆、QQ	6 2	2 6	2 3	2 7	8 8
12/5	五	胚芽米飯	檸檬雞翅 C檸檬雞翅/燒	▲毛豆炒干丁 T毛豆、干丁、C絞肉	鮮菇炒筍 筍、T紅蘿蔔、0鮮菇/炒	有機 蔬菜	冬瓜豬肉湯 0冬瓜、C肉片	6 7	1 8	2 5	3 0	8 2
12/8	一	小米飯	南瓜燉豬 C豬肉丁、0南瓜/燒	香甜玉米粒 0玉米、T毛豆仁、0洋芋/燒	蛋酥滷白菜 0蛋、0大白菜、0紅蘿蔔/煮	產銷 履歷 蔬菜	白玉肉片湯 0蘿蔔、C肉片	6 6	2 1	2 3	2 8	8 3
12/9	二	白米飯	家常黃燜雞 C雞丁、0馬鈴薯、0鮮菇、0彩椒/燉	▲海帶拌干絲 海帶絲、白干絲、T紅絲/炒	酸甜燒餃*2 C水餃/燒	有機 蔬菜	蔬菜總匯湯 0高麗菜、0金針菇、C豬肉片	6 4	2 6	2 6	2 9	8 9
12/10	三	香菇滷肉飯 (蔬食日)	▲堅果客家小炒 0芹、豆干、T紅蘿蔔、堅果/炒	蒸蛋 0蛋、蔥、T紅蘿蔔/蒸	翠綠花椰 0花椰、0紅蘿蔔/炒	季節 蔬菜	▲金針油腐湯 金針、油腐	6 5	2 4	2 3	2 9	8 3
12/11	四	雜糧飯	喀滋雞腿排 C卡拉雞腿排/炸	蒜蓉蘿蔔糕 蘿蔔糕/燒	什錦炒肉絲 0豆芽、0韭菜、豆包絲、T紅蘿蔔、C肉絲/煮	有機 蔬菜	▲味噌豆腐湯 味噌、海芽、豆腐	6 2	2 6	2 4	3 0	8 4
12/12	五	白米飯	泡菜燒魚 0魚丁、0金針菇、泡菜、0高麗菜/燒	蔥燒素雞 素雞、0蔥/燒	紅燒冬瓜麵筋 0冬瓜、麵筋、枸杞/燒	有機 蔬菜	肉絲湯 C肉絲、筍絲、0木耳絲、0紅絲	6 0	2 5	2 6	3 0	8 8
12/15	一	糙米飯	檸檬雞翅 C檸檬雞翅/燒	▲瓜仔肉燥 C絞肉、干丁、瓜仔/燒	蕪菁玉米燒肉 0結頭菜、0玉米、C肉片、T紅蘿蔔/煮	產銷 履歷 蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜、C肉片	6 4	2 8	2 2	3 0	8 8
12/16	二	白米飯	蔥爆魚丁 0魚丁、0洋蔥、蔥/燒	芝香海帶根 海帶根、芝麻、C絞肉/燒	鹹水時蔬 0高麗菜、0木耳、0金針菇、C肉片/炒	有機 蔬菜	竹筍排骨湯 筍、C排骨	6 0	2 7	2 5	3 0	8 0
12/17	三	奶香義大利麵	鹽燒翅小腿*2 C翅小腿/燒	▲壽喜燒凍腐 凍豆腐、0洋蔥/燒	醬燒甜不辣 C甜不辣、芝麻/燒	季節 蔬菜	香菇雞湯 0豆薯、0鮮菇、C雞丁	6 9	2 0	2 0	2 9	8 4
12/18	四	燕麥飯	可樂滷扣肉 C豬肉丁、筍干/燒	蛋香絲瓜 0金針菇、0絲瓜、0蛋/煮	▲韓式部隊鍋 油豆腐、0大白菜、0鮮菇、C肉片/煮	有機 蔬菜	紅豆湯圓 T紅豆、湯圓	6 5	2 2	2 1	2 9	8 3
12/19	五	白米飯	酥炸雞腿 C雞腿/炸	▲鐵板杏鮑菇 0洋蔥、0杏鮑菇、四分干、C絞肉/燒	紅絲蒲瓜 0蒲瓜、0紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜	冬至鹹湯圓 湯圓、0芹、C肉絲、0香菇絲	6 2	2 6	2 7	2 8	8 3
12/22	一	小米飯	蒜泥白肉 C肉片、0洋蔥、蒜/燒	▲麻婆豆腐 C絞肉、豆腐、T毛豆/燒	鐵板豆芽 0豆芽、T紅蘿蔔/炒	產銷 履歷 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、0蛋花	6 0	2 8	1 7	3 0	8 8
12/23	二	白米飯	三杯魚 0魚丁、九層塔、C米血/炒	螞蟻上樹 0高麗菜、C絞肉、冬粉、0蔥/炒	蒜香炒筍 筍、T紅蘿蔔、蒜/煮	有機 蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜、C肉絲	6 6	2 4	2 4	2 7	8 4
12/24	三	招牌炒飯	▲堅果紅燒油腐 堅果、油腐/燒	秘製滷蛋 0蛋/滷	鮮菇大根燒 0蘿蔔、T紅蘿蔔、0鮮菇/煮	季節 蔬菜	四神湯 薏仁、0洋芋	6 6	2 5	2 2	2 8	8 1
12/25	四	行憲紀念日放假一天~										
12/26	五	蕎麥飯	海苔雞米花 C雞丁、海苔粉/炸	醬炒滷味 0杏鮑菇、素雞、0洋蔥/炒	翠炒花椰 0花椰、T紅蘿蔔、C肉絲/炒	有機 蔬菜	風味海結湯 海結、0豆芽、C豬肉片	6 0	2 6	2 3	3 0	8 8
12/29	一	白米飯	京醬豬柳 C豬柳、0洋蔥、T紅蘿蔔/燒	▲蜜汁黑豆干 芝麻、黑豆干/滷	麻辣燙 0高麗菜、0金針菇、豆皮/煮	產銷 履歷 蔬菜	肉骨茶湯 0蘿蔔、肉骨茶包、C肉片	6 0	2 5	2 5	3 0	8 5
12/30	二	糙米飯	日式咖哩雞 0洋芋、T紅蘿蔔、C雞丁/煮	金黃甜不辣 C甜不辣/烤	木須黃瓜 0大黃瓜、0木耳、T紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜	▲港式酸辣湯 豆腐、筍絲、T紅絲、0蛋	6 6	2 4	2 4	3 0	8 7
12/31	三	薑蔥鹽板麵	黃金魚排 C旗魚排/炸	茄汁燴蛋 0蛋、0番茄、0洋蔥/炒	芋香白菜 0大白菜、T紅蘿蔔、0木耳、0芋頭/煮	季節 蔬菜	蒲瓜肉片湯 0蒲瓜、C肉片	6 7	2 8	2 3	3 0	8 2

★ 標示為三章—0申請日 / 營養師 蔡宜澄

*全面使用非基改黃豆製品及玉米 ▲標示及每日提供之深綠色蔬菜為高鈣食材

*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉

*過敏原資訊：「本菜單含蛋類、麩質穀物及其製品、大豆製品、芥末及其製品、甲殼類及其製品、花生及其製品、芝麻及其製品、乳製品、雞蛋及其製品、海鮮及其製品、其他過敏原等」

裕民田食品股份有限公司 服務專線 03-368-1899

HACCP食品認證中央廚房餐盒工廠 專線 桃園市八德區瑞源一街11號

*週一供應產銷履歷

*週三、四、五供應產銷履歷

*週六、日供應產銷履歷

*週一供應產銷履歷

*週三、四、五供應產銷履歷

*週六、日供應產銷履歷

裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中 114年12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	全蛋 豆腐 (g)	豆漿 肉絲 (g)	紅豆 (g)	香菇 (g)	其他 (g)	熱量 (KCAL)
12/1	一	麥片飯	紅燒蘭花干 蘭花干/燒	▲鮮菇干丁 菇Q、干丁/燒	時蔬銀芽 木耳Q、紅蘿蔔Q、豆芽菜Q/炒	香烤紫米糕 紫米糕/烤	沙茶海根 白芝麻、海帶根/燒	產銷履歷蔬菜	芹香蒲瓜湯 蒲瓜Q、芹Q	6.5	2.4	2.5	2.8		824
12/2	二	白米飯	芝麻乾燒麵腸 白芝麻、麵腸/燒	▲番茄豆腐 番茄Q、豆腐/燒	紅片佛手瓜 佛手瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	鮮炒甘藍菜 甘藍菜Q/炒	木須炒筍 筍、木耳Q/炒	有機蔬菜	豆薯雞湯 豆薯Q、鮮菇Q	6.3	2.7	2.4	2.8		830
12/3	三	麻油炒米粉	香烤素魚 素魚排/烤	塔香茄子 茄子Q、九層塔/燒	田園青花菜 青花菜C/炒	醬爆黑木耳 黑木耳Q/拌	▲藥膳凍豆腐 枸杞、凍豆腐/煮	季節蔬菜	榨菜粉絲湯 榨菜、粉絲	6.5	2.4	2.7	2.8		829
12/4	四	白米飯	塔香素肚 九層塔、素肚/燒	佛跳牆 大白菜Q、芋頭Q、紅蘿蔔Q/煮	日式咖哩 馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q/燒	香燒麵筋 麵筋/燒	鮮菇絲瓜 美白菇Q、絲瓜Q/煮	有機蔬菜	蜜豆燒仙草 仙草、蜜豆、QQ	6.4	2.6	2.5	2.8		832
12/5	五	胚芽米飯	▲蜜汁黑干 黑豆干/滷	醬燒麵輪 麵輪、毛豆T/燒	醬燒白玉 蘿蔔Q、紅蘿蔔Q/煮	蜜燒番薯 九層塔、地瓜Q/燒	甜椒長豆 甜椒Q、長豆Q/炒	有機蔬菜	冬瓜紅片湯 冬瓜Q、紅蘿蔔Q	6.4	2.5	2.4	2.8		822
12/8	一	小米飯	▲四角油腐 油豆腐/煮	香燒竹筍 筍Q/炒	海帶結燒素雞 海帶結、素雞/燒	白醬馬鈴薯 洋芋Q、杏鮑菇Q/煮	素蠔油芥菜 芥菜、紅蘿蔔Q/炒	產銷履歷蔬菜	香甜蘿蔔湯 蘿蔔Q、芹Q	6.5	2.6	2.4	2.7		832
12/9	二	白米飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	沙茶百頁 百頁/煮	鍋炒豆芽 豆芽Q、紅蘿蔔Q/炒	秀珍菇黃瓜 秀珍菇Q、黃瓜Q/炒	▲素蒼蠅頭 香菇Q、干丁/炒	有機蔬菜	蔬菜總匯湯 高麗菜Q、金針菇Q	6.5	2.7	2.3	3.0		850
12/10	三	台式香椿飯	▲醬燒方干 方干/燒	香甜金瓜 南瓜Q/燒	清炒花椰菜 紅蘿蔔Q、花椰菜C/炒	蜜汁燒腸 麵腸/燒	麵筋燒白菜 大白菜Q、麵筋/炒	季節蔬菜	金針花菇湯 金針花、香菇Q	6.4	2.5	2.7	2.8		829
12/11	四	雜糧飯	茄汁豆包 豆包、芝麻/燒	▲青椒油片絲 青椒Q、油片/炒	開胃冬瓜燒 冬瓜Q、香菇Q/燒	紅彩雪蓮子 雪蓮子、小黃瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	菜豆炒涼薯 菜豆Q、豆薯Q/炒	有機蔬菜	味噌海芽湯 味噌、海芽、豆腐	6.3	2.8	2.5	2.8		840
12/12	五	白米飯	木須燒烤麩 烤麩、木耳Q/燒	鮮炒瓠瓜 瓠瓜Q、紅蘿蔔Q/煮	夜市滷味燙 香菇Q、素肚/燴	田園玉米 玉米Q、紅蘿蔔Q、毛豆C/煮	菜頭棵 菜頭棵/煎	有機蔬菜	眷村三絲湯 筍絲、木耳絲Q、紅絲Q	6.2	2.7	2.5	3.0		834
12/15	一	紫米飯	薑汁素雞燒 素雞/燒	醬燒蘿蔔塊 紅蘿蔔Q、白蘿蔔Q/燒	香酥可樂餅 可樂餅C/炸	黑炒山藥 木耳Q、山藥Q、西芹Q/炒	薑絲絲瓜 絲瓜Q、薑絲/炒	產銷履歷蔬菜	酸菜油腐湯 酸菜、油腐	6.4	2.6	2.5	2.8		832
12/16	二	白米飯	五香百頁 百頁/燒	香炒洋芋 洋芋Q、杏鮑菇Q/燒	芫荽結頭菜 香菜、結頭菜Q/拌	燴炒大白菜 大白菜Q、紅蘿蔔Q/炒	素炒粉絲 冬粉、高麗菜Q/燒	有機蔬菜	竹筍紅片湯 筍、紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2.5	2.8		831
12/17	三	蔬菜炒飯條	紅麴素肉排 紅麴素肉排/燒	木須白花 木耳Q、白花菜C/炒	鐵板銀芽 豆芽Q、木耳Q/炒	味噌油腐 油腐/燒	冬瓜麵筋 冬瓜Q、麵筋/燒	季節蔬菜	香菇豆薯湯 豆薯Q、鮮菇Q	6.5	2.7	2.5	2.8		846
12/18	四	燕麥飯	▲塔香四分干 九層塔、四分干/燒	酥烤番薯 番薯Q/烤	炒合掌瓜 佛手瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	醬炒海茸 九層塔、海茸/燒	番茄豆腸 番茄Q、豆腸/炒	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆、湯圓	6.5	2.6	2.6	2.7		837
12/19	五	白米飯	紅燒豆包 豆包/燒	素香炒茄 茄子Q/炒	酸甜黑木耳 黑木耳Q/炒	香菇蒲瓜 香菇Q、扁蒲Q/炒	素燴麵輪 麵輪/煮	有機蔬菜	冬至鹹湯圓 湯圓、香菇Q、芹Q	6.4	2.6	2.5	2.8		832
12/22	一	小米飯	梅干菜油腐 梅干、油豆腐/滷	清炒小芥菜 芥菜Q/炒	西芹秀珍菇 西芹Q、秀珍菇Q/炒	紅燒大頭菜 香菜、大頭菜Q/燒	▲三杯豆干杏鮑菇 杏鮑菇Q、豆干/炒	產銷履歷蔬菜	紫菜湯 紫菜	6.3	2.5	3.0	2.8		830
12/23	二	白米飯	▲香燒黑干 黑豆干/燒	沙茶素腰花 西芹Q、素腰花、素沙茶/炒	毛豆玉米 毛豆T、玉米Q/炒	關東煮 蘿蔔Q、紅蘿蔔Q/燒	木耳小瓜 黑木耳Q、小黃瓜Q/燒	有機蔬菜	榨菜豆腐湯 榨菜、豆腐	6.2	2.8	2.8	2.7		836
12/24	三	素香炒飯	素燒烤麩 烤麩/燒	豆薯炒長豆 長豆Q、豆薯Q/炒	紅燒海結 海結、蘿蔔Q/滷	酸心素肚 酸心菜、素肚/炒	鮮味佛手瓜 佛手瓜Q、秀珍菇Q/炒	季節蔬菜	四神湯 薏仁、洋芋Q	6.4	2.5	2.5	2.8		824
12/25	四	~行憲紀念日放假一天~													
12/26	五	蕎麥飯	大嫩豆腐燒 大嫩豆腐/燒	九香豆干結 九層塔、豆干結/炒	螞蟻上樹 粉絲、高麗菜Q/煮	紅片扁蒲 扁蒲Q、紅蘿蔔Q/炒	素炒青花菜 青花菜C、紅蘿蔔Q/炒	有機蔬菜	風味海結湯 海結、豆芽Q	6.3	2.5	2.7	2.8		822
12/29	一	白米飯	豆豉燒花干 蘭花干/燒	青椒炒甜條 青椒Q、甜不辣C/炒	瓜仔冬瓜封 冬瓜Q、瓜仔/燒	醋溜大頭菜 大頭菜Q、紅蘿蔔、木耳/炒	▲芹香干絲 芹Q、白干絲/炒	產銷履歷蔬菜	素肉骨茶湯 蘿蔔Q、肉骨茶包	6.4	2.8	3.0	2.7		855
12/30	二	糙米飯	紅燒百頁 百頁/燒	醬燒茄子 九層塔、茄子Q/煮	木須黃瓜 大黃瓜Q、木耳Q/煮	滷味素雞 素雞/滷	紅枸杞南瓜 枸杞、南瓜Q/燒	有機蔬菜	港式酸辣湯 豆腐、筍絲Q、紅絲Q	6.4	2.7	2.7	2.8		844
12/31	三	古早味米粉	鐵板豆包 豆包/燒	綜合玉米 紅蘿蔔Q、玉米C/煮	山藥總匯 山藥Q、小黃瓜Q/炒	砂鍋白菜滷 大白菜Q、紅蘿蔔Q/煮	泰式麵腸 麵腸、番茄Q/燒	季節蔬菜	蒲瓜湯 蒲瓜Q	6.5	2.5	2.5	2.8		836

*全面使用非基改黃豆製品及玉米 *▲標示及每日提供之深綠色蔬菜為高鈣食材

*星期一提供產銷履歷蔬菜，星期二、四、五供應有機蔬菜

裕民田長壽麵粉有限公司 服務專線 03-368-1899

HACCP食品認證中央廚房餐盒工廠 專線 桃園市八德區瑞源一街11號