



美味午餐

桃園國中

115.9月午餐菜單

★皇佳食品廠
臺灣豬標章
QR碼



皇佳食品廠 豬標章 註冊商標
QRcode 一掃即知
中華商標 10909718

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	湯品	全蛋	正蛋	雞蛋	油雞	排骨	
31	一	胚芽米飯	咖哩雞 雞丁S高麗菜Q紅蘿蔔馬蹄-煮	干片炒肉絲 豆干木耳Q肉絲S-炒	蒜炒高麗 高麗菜Q紅蘿蔔馬蹄-炒	玉米蛋花湯 玉米粒Q雞蛋Q	6.7	2.6	2	3	849
1	二	小米飯	紅燒魚丁 魚丁Q白蘿蔔Q紅蘿蔔馬蹄-煮	茄汁炒蛋 雞蛋Q蕃茄Q洋葱Q-炒	木耳敏豆 敏豆雞丁S-炒	刺瓜雞湯 大黃瓜Q雞丁S	6.6	2.7	2	3.2	859
2	三	香鬆飯	五香雞腿 雞腿S-油	麻婆豆腐 豆腐雞丁S-煮	韓式拌雜菜 冬粉黃豆芽Q海苔紅蘿蔔馬蹄-炒	金針肉絲湯 乾金針木耳Q肉絲S	6.7	2.6	2	3.2	859
3	四	香Q白飯	海帶燉肉 肉丁S海帶紅蘿蔔馬蹄-煮	沙茶滷味 素血貢丸S-油	鮮炒小瓜 小黃瓜Q紅蘿蔔馬蹄-炒	紅豆烤奶 紅豆雞丁S素血Q圓切粉	6.8	2.5	2	3.3	862
4	五	幸福餐 A	糙米飯	香酥雞翅 雞翅S-炸	泡菜肉片 大白菜Q肉片S-炒	大頭菜湯 大頭菜Q肉絲S	6.6	2.6	2	3.2	851
7	一	幸福餐 C	義大利麵	古早味腿排 雞腿S-油	鐵板油腐 油豆腐雞丁S三色豆S-煮	海芽蛋花湯 海帶芽雞蛋Q	6.7	2.6	2	3.1	854
8	二	胚芽米飯	香草風味豬 肉丁S南瓜Q紅蘿蔔馬蹄-煮	醬燒雙味 甜不辣素雞-煮	蛋香時蔬 高麗菜Q雞蛋Q-炒	榨菜肉絲湯 榨菜T肉絲S	6.6	2.9	2	3	865
9	三	蔬食日	小米飯	家常什錦 豆腐紅蘿蔔馬蹄雞丁S-煮	香香滷蛋 白煮蛋S雞丁S-油	冬瓜湯 冬瓜Q香茹菇	6.6	2.5	2	3.1	839
10	四	麥片飯	香滷排骨 排骨S-油	和風大根燒 白蘿蔔Q紅蘿蔔馬蹄雞丁S-煮	薑炒藻唇片 藻唇片紅蘿蔔馬蹄-炒	佛手雞丁湯 佛手瓜Q雞丁S	6.7	2.5	2	3	842
11	五	香Q白飯	三杯魚丁 魚丁S洋蔥Q-煮	田園玉米 玉米粒Q毛豆雞丁S紅蘿蔔馬蹄-炒	黃瓜肉絲 黃瓜Q木耳Q肉絲S-炒	日式豆腐湯 小魚干豆腐	6.7	2.8	2	3	864
14	一	幸福餐 B	糙米飯	香酥魚排 魚排S-炸	奶香照燒雞 雞丁S洋蔥Q-煮	結頭菜湯 結頭菜Q肉絲S	6.5	2.8	2	3.3	864
15	二	燕麥飯	麻香雞丁 雞丁S高麗菜Q-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔馬蹄-炒	塔香寬粉 寬粉雞丁S-炒	海帶排骨湯 海帶絲排骨S	6.7	2.6	2	3.1	854
16	三	胚芽米飯	家鄉滷肉 肉丁S雞丁S高麗菜-煮	糖醋獅子頭 獅子頭S-煮	薑味冬瓜 冬瓜Q油泡毛豆雞丁S-煮	芙蓉玉米湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔馬蹄	6.5	2.7	2	3.1	847
17	四	小米飯	醬滷雞翅 雞翅S-油	咖哩肉醬 馬鈴薯Q雞丁S-煮	炒海根 海根紅蘿蔔馬蹄-炒	綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.7	2.5	2	3	842
18	五	麥片飯	五香鍋燒豬 肉丁S豆干-煮	白玉肉羹 白蘿蔔S肉羹S-煮	翠蔬時豆 敏豆雞丁S-炒	鮮蔬味噌湯 高麗菜Q鮮菇Q	6.5	2.7	2	3.1	847
21	一	香Q白飯	紅燒雞腿 雞腿S-油	海山醬雙拼 油豆腐魚丸S-油	蝦香蒲瓜 烏龍Q蝦米-煮	肉骨茶湯 豆腐Q排骨S	6.7	2.7	2	3	857
22	二	幸福餐 C	滷肉飯	酥脆豬排 豬排S-炸	海芽炒蛋 海帶芽雞蛋Q三色豆S-炒	金針雞丁湯 乾金針木耳Q雞丁S	6.8	2.6	2	3	856
23	三	蔬食日	燕麥飯	三杯滷味 黑豆干素雞-油	鮮菇佛手 佛手瓜Q鮮菇Q-煮	洋芋湯 馬鈴薯Q香茹菇	6.6	2.7	2	3.1	854
24	四	胚芽米飯	醬燒魚丁 魚丁Q洋蔥Q-煮	夜市魷魚羹 魷魚T魷魚羹S-煮	什錦彩蔬 豆芽菜Q芹菜Q木耳Q-炒	和風蘿蔔湯 白蘿蔔Q紅蘿蔔馬蹄	6.5	2.7	2	3.1	847
25	五										
【中秋節放假】🌕											
28	一										
【教師節放假】											
29	二	小米飯	金黃燉肉 肉丁S南瓜Q紅蘿蔔馬蹄-煮	鍋燒海結 海帶絲雞丁S紅蘿蔔馬蹄-煮	螞蟻上樹 冬粉絞肉S高麗菜Q-炒	枕瓜雞丁湯 冬瓜Q雞丁S	6.8	2.5	2	3	849
30	三	幸福餐 A	麥片飯	醬燒雞腿 雞腿S-油	壽喜燒豬 肉片S大白菜Q-煮	榨菜湯 榨菜T肉絲S	6.6	2.8	2	3	857

【中秋節放假】

【教師節放假】

幸福餐A(雙主菜)：大塊肉排+散塊肉品；幸福餐B(雙主菜)：魚排+散塊肉品；幸福餐C：特色主食+大塊肉排

★每週滿五天供應1次水果，水果供應日：週三。★三章1Q豆奶日：9/24(四)。

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)及非基改黃豆製品及玉米。

(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、麩質類及其製品、大豆製品、魚類及其製品、甲殼類及其製品、乳製品」，對其過敏體質者請詳閱菜單。

營養師 劉容均、鍾麗儀



卷之四 雜著



沅益食品
YUANYI FOOD

115年8-9月午餐菜單
8/31-9/11九年級 9/14-9/25七年級

桃園國中

日期	星期	主食	主菜	美味副菜		蔬菜	湯品	附餐	9月	10月	11月	12月
8/31	一	白飯	糖醋排骨 燒:肉丁S,排骨S,洋蔥Q	鐵板油豆腐 燒:油豆腐,洋蔥Q,木耳Q,青蔥	泡菜年糕 煮:白菜Q,韓式泡菜,紅蘿蔔Q,蒜,年糕	履歷蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽,蛋Q		6	2	2	2
9/1	二	玉米飯	義式洋芋燉魚 煮:鯊魚丁Q,馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q	雜菜冬粉 炒:冬粉,高麗菜Q,絞肉S,木耳Q	四季炒雞柳 炒:敏豆Q,雞肉T,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	★日式豆腐湯 豆腐,味噌		6	2	2	2
9/2	三	雜糧飯	大 炸雞翅 炸:雞翅S	★醬爆黑輪豬 炒:豬肉S,黑輪TQ,洋蔥Q,芝麻	脆炒豆芽 炒:豆芽菜Q,紅蘿蔔Q,韭菜Q	季節蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜絲,木耳Q,肉絲S	水果	6	2	2	2
9/3	四	白飯	大 醬燒肉排 燒:豬排S	眷村炸醬 燒:豆干丁,豆薯Q,絞肉S,毛豆T	★蝦香扁蒲 燒:扁蒲Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,蝦米	有機蔬菜	紅豆芋圓 紅豆T,芋圓		6	2	2	2
9/4	五	糙米飯	三杯雞 炒:雞丁T,九層塔	★番茄豆腐蛋 炒:番茄Q,蛋Q,豆腐	薑絲海根 煮:海帶根,金針菇Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	大瓜肉片湯 大瓜Q,蒜,肉片S		6	2	2	2
9/7	一	小米飯	大 炸魚排 炸:魚排Q	★沙茶豆干肉柳 炒:肉柳S,洋蔥Q,豆干片	蒜香甘藍 炒:高麗菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	★奶香巧達湯 南瓜Q,洋蔥Q,玉米Q,蒜Q,奶粉		6	2	2	2
9/8	二	白飯	韓式泡菜豬 炒:肉片S,韓式泡菜	黑胡椒洋芋 炒:馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q,毛豆T	玉米雞蓉 炒:玉米Q,馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q,雞肉T	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄Q,蛋Q		6	2	2	2
9/9	三	義式茄汁麵 通心麵,洋蔥Q,蒜,番茄Q,絞肉S	★鐵板豆腐 燒:香菇Q,豆腐,瓜子	香甜豆沙包x1 蒸:60g豆沙包S	炒花椰菜 炒:花椰菜Q,彩椒Q	季節蔬菜	香菇豆薯湯 刈薯Q,菇	水果	6	2	2	2
9/10	四	地瓜飯	大 鐵路排骨 燒:豬排S	白菜滷 燒:白菜Q,紅蘿蔔Q,蛋Q	★蒜蓉豆干絲 炒:豆干絲,海帶絲,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	柴魚蘿蔔湯 白蘿蔔Q,玉米Q,肉片S,柴魚		6	2	2	2
9/11	五	白飯	宮保雞丁 炒:雞丁S,小黃瓜Q	酸菜肉片鍋 煮:南瓜Q,酸菜,凍豆腐,肉片S	脆炒竹筍 炒:筍Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	有機蔬菜	金針肉絲湯 乾金針,肉絲S		6	2	2	2
9/14	一	白飯	奶油鐵板豬 炒:肉丁S,洋蔥Q,彩椒Q	麻婆豆腐 燒:豆腐,絞肉S	鮮菇條豆 炒:敏豆Q,紅蘿蔔Q,蒜Q	履歷蔬菜	藥膳雞湯 冬瓜Q,蒜,雞肉T,當歸		6	2	2	2
9/15	二	胚芽飯	鹹酥雞 炸:雞丁T	咖哩肉醬 煮:洋芋Q,紅蘿蔔Q,絞肉S,毛豆Q	清炒胡瓜 燒:大黃瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	有機蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽,蒜Q,味噌		6	2	2	2
9/16	三	麻油雞炒飯	大 香滷豬排 燒:豬排S	糖醋海鮮捲x1 燒:海鮮捲S,玉米Q,洋蔥Q	蒜香三絲 炒:扁蒲Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	季節蔬菜	★鮮蔬豆腐湯 白菜Q,番茄Q,豆腐	水果	6	2	2	2
9/17	四	白飯	塔香燒魚 燒:牛港鰲魚丁Q,油豆腐,九層塔	香酥雞塊x2 炸:雞塊S	清炒時蔬 炒:高麗菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	有機蔬菜	綠豆QQ 綠豆		6	2	2	2
9/18	五	紅藜飯	大 蜜汁雞腿排 燒:雞排S	茄汁滑蛋 炒:番茄Q,洋蔥Q,蛋Q	紅絲青花 炒:青花菜Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜,肉片S		6	2	2	2
9/21	一	麥片飯	大 嫩汁豬排 燒:豬排S	泡菜春雨 炒:冬粉,泡菜,海帶芽,豬肉S,黃豆芽Q	柴魚關東煮 煮:白蘿蔔Q,油豆腐,玉米Q,柴魚	履歷蔬菜	蒜蓉脆筍羹 筍絲,木耳Q,紅蘿蔔Q,肉絲S,蛋Q		6	2	2	2
9/22	二	白飯	咖哩魚丁 煮:鯊魚丁Q,馬鈴薯Q,洋蔥Q,毛豆Q	瓜仔肉燥 燒:豆干丁,碎瓜,絞肉S	★奶醬白菜 煮:白菜Q,紅蘿蔔Q,蒜Q,奶粉	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜,金針菇Q,蛋Q,小魚		6	2	2	2
9/23	三	糙米飯	肉燥腐竹 燒:腐竹,香菇Q,絞肉S	泰式燒蛋 燒:蛋Q	★蜜汁豆干 燒:豆干,芝麻	有機蔬菜	柴魚蔬菜湯 高麗菜Q,紅蘿蔔Q,金針菇Q		6	2	2	2
9/24	四	紫米飯	大 炸雞腿 炸:雞腿S	豆香燜雞 燒:雞肉T,冬瓜Q,紅蘿蔔Q,黃豆醬	筍燒豆腸 燒:豆腸,紅蘿蔔Q,筍乾	有機蔬菜	★味噌豆腐湯 豆腐,柴魚	豆奶	6	2	2	2
9/25	五	9/25中秋節放假一天，本日不供餐										
9/28	一	9/28教師節放假一天，本日不供餐										
9/29	二	小米飯	義式燉肉 煮:豬肉S,洋芋Q,番茄Q	★起司菇菇雞 煮:蒜Q,紅蘿蔔Q,雞肉T,玉米Q,起司	彩蔬敏豆 炒:敏豆Q,彩椒Q	有機蔬菜	元氣蘿蔔湯 白蘿蔔Q,紅蘿蔔Q,肉片S,枸杞		6	2	2	2
9/30	三	豬肉蛋炒飯	大 可樂滷雞翅 燒:雞翅S	甘梅地瓜薯 炸:地瓜Q	★客家小炒 炒:豆干片,芹Q,肉絲S,紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	酸辣湯 豆腐,筍,木耳Q,紅蘿蔔Q,肉絲S,蛋Q		6	2	2	2

★依桃教體字第11500606921號函，將高鈣食材內容於菜單上明確標註★

◎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「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:9/24(四)

營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩



沅益食品
YUANYI FOOD

115年8-9月午餐菜單

桃園國中

日期	星期	主食	主菜			美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
8/31	一	白飯	鐵板油豆腐x1 燒油豆腐	泡菜年糕 煮:白菜Q, 泡菜, 紅蘿蔔Q, 年糕	醬爆豆干 炒:豆干片, 芹Q	小瓜玉米筍 炒:小瓜Q, 玉米筍Q	★蜜汁地瓜 燒:地瓜T, 芝麻	履歷蔬菜 海帶芽, 金針菇Q	金菇海芽湯		6	2	2	2	8				
9/1	二	玉米飯	糖醋素肚 燒:素肚, 彩椒Q	黑椒洋芋 煮:馬鈴薯Q	四季炒豆包 炒:敏豆Q, 紅蘿蔔Q, 豆包絲	雜菜冬粉 炒:冬粉, 高麗菜Q, 木耳Q	滷蘿蔔 滷:白蘿蔔Q, 紅蘿蔔Q	★日式豆腐 豆腐, 味噌	有機蔬菜		6	2	2	2	8				
9/2	三	雜糧飯	醬滷豆腐x1 滷:豆腐	芝麻甜不辣 炒:素甜不辣, 芹Q, 芝麻	脆炒豆芽 炒:豆芽菜Q, 木耳Q, 紅蘿蔔Q	雪菜豆皮 炒:雪裡紅, 角螺	甜烤南瓜 烤:南瓜Q	季節蔬菜	榨菜三絲湯 榨菜絲, 木耳Q, 紅蘿蔔Q	水果	6	2	2	2	8				
9/3	四	白飯	★豆香煎餅 炸:豆腐, 玉米Q, 芝麻	★眷村炸醬 燒:豆干T, 豆腐Q	鮮燒扁蒲 燒:扁蒲Q, 紅蘿蔔Q, 木耳Q	酸菜麵腸 炒:麵腸片, 酸菜	黑胡椒毛豆 炒:毛豆Q, 腰果片	有機蔬菜	紅豆芋圓 紅豆T, 芋圓		6	2	2	2	8				
9/4	五	糙米飯	三杯豆腸 炒:豆腸, 九層塔	茄汁百頁 炒:番茄Q, 百頁豆腐	薑絲海根 煮:海帶根, 金針菇Q, 紅蘿蔔Q	枸杞絲瓜 燒:絲瓜Q, 木耳Q, 枸杞	香滷菇菇 滷:菇	有機蔬菜	大瓜清湯 大瓜Q, 紅蘿蔔Q, 菇		6	2	2	2	8				
9/7	一	小米飯	★滷黑豆干x1 燒:黑豆干	沙茶烤麩 炒:烤麩, 彩椒Q	清炒甘藍 炒:高麗菜Q, 木耳Q, 紅蘿蔔Q	蠔油杏鮑菇 燒:杏鮑菇Q	辣炒菜脯 炒:菜脯	履歷蔬菜	南瓜巧達湯 南瓜Q, 玉米Q, 菇Q		6	2	2	2	8				
9/8	二	白飯	★炸豆腐丸子x1 炸:豆腐, 三色豆Q	韓式鮮菇燒 煮:韓式泡菜, 香菇Q	黑胡椒洋芋 炒:馬鈴薯Q, 紅蘿蔔Q, 玉米Q	皮絲青江菜 炒:青江菜Q, 千張腐皮	蜜烤腰果 烤:腰果片, 芝麻	有機蔬菜	番茄蔬菜湯 番茄Q, 杏鮑菇Q, 芹Q		6	2	2	2	8				
9/9	三	義式茄汁麵	滷豆包X1 燒:豆包	豆沙包x1 蒸:60g豆沙包S	炒花椰菜 炒:花椰菜Q, 彩椒Q	★佛手瓜燒豆腐 燒:佛手瓜Q, 香菇Q, 豆腐	香草櫛瓜 烤:櫛瓜Q	季節蔬菜	香菇豆薯湯 刈薯Q, 菇	水果	6	2	2	2	8				
9/10	四	地瓜飯	★蜜汁腐竹 燒:腐竹, 黑芝麻	香油豆干絲 炒:豆干絲, 海帶絲, 紅蘿蔔Q	白菜滷 燒:白菜Q, 紅蘿蔔Q, 菇	芋頭絲餅x1 炸:芋頭Q	和風秋葵 煮:秋葵Q	有機蔬菜	蘿蔔玉米湯 白蘿蔔Q, 玉米Q, 紅蘿蔔Q		6	2	2	2	8				
9/11	五	白飯	五香蘭花干x1 炒:蘭花干	金湯凍豆腐 煮:白菜Q, 酸菜, 凍豆腐	脆炒竹筍 炒:筍Q, 紅蘿蔔Q, 木耳Q	薑絲地瓜葉 炒:地瓜葉Q, 薑	滷葫蘆捲 滷:葫蘆捲	有機蔬菜	金針花湯 乾金針菇		6	2	2	2	8				
9/14	一	白飯	麻婆豆腐 燒:豆腐	紅仁條豆 炒:敏豆Q, 紅蘿蔔Q, 菇	塔香茄子 燒:茄子Q, 九層塔	★豆豉干丁 炒:豆干丁, 豆薯Q, 豆豉	醋溜雙耳 燒:乾銀耳, 木耳Q	履歷蔬菜	藥膳燉湯 冬瓜Q, 菇, 當歸		6	2	2	2	8				
9/15	二	胚芽飯	照燒豆腸 燒:豆腸, 菇Q	咖哩洋芋 煮:洋芋Q, 紅蘿蔔Q	清炒胡瓜 燒:大黃瓜Q, 紅蘿蔔Q, 木耳Q	★小豬蹄子 滷:四分蹄, 杏鮑菇Q	玉米奶酥x1 炸:玉米餅S	有機蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽, 菇Q, 味噌		6	2	2	2	8				
9/16	三	麻油炒飯	香滷豆包x1 滷:豆包	糖醋雙菇 燒:杏鮑菇Q, 小朵菇, 彩椒Q	蒲瓜三絲 炒:蒲瓜Q, 木耳Q, 紅蘿蔔Q	沙茶麵腸 炒:麵腸片, 薑	醬珍珠瓜 燒:珍珠瓜	季節蔬菜	★鮮蔬豆腐湯 白菜Q, 番茄Q, 豆腐	水果	6	2	2	2	8				
9/17	四	白飯	紅燒油腐x1 燒:油豆腐	三杯米血 炒:素米血, 豆皮, 九層塔	清炒時蔬 炒:高麗菜Q, 紅蘿蔔Q, 木耳Q	大根滷 滷:白蘿蔔Q, 香菜	雪菜脆筍 炒:筍片, 雪裡紅	有機蔬菜	綠豆QQ 綠豆		6	2	2	2	8				
9/18	五	紅藜飯	★牛蒡絲餅x1 炸:牛蒡Q, 紅蘿蔔Q, 芝麻	★豆瓣香干 炒:豆干片, 芹Q	紅絲青花 炒:青花菜Q, 紅蘿蔔Q	雙色山藥 燒:山藥Q, 白果蝦頭	海結麵輪 滷:麵輪, 海帶絲	有機蔬菜	酸菜菇菇湯 酸菜, 菇Q		6	2	2	2	8				
9/21	一	麥片飯	炸豆皮捲x1 炸:豆皮, 蔬菜捲	泡菜春雨 炒:冬粉, 泡菜, 海帶芽, 黃豆芽Q	關東煮 煮:白蘿蔔Q, 油豆腐, 玉米Q	香油拌小瓜 炒:小黃瓜Q, 茼蒿	和風薯丁 炒:豆薯Q, 紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	★脆筍三絲羹 筍絲, 木耳Q, 紅蘿蔔Q, 豆腐		6	2	2	2	8				
9/22	二	白飯	咖哩素肚 煮:素肚, 毛豆Q	★瓜仔干丁 滷:豆干丁, 碎瓜	脆炒白菜 煮:白菜Q, 紅蘿蔔Q, 菇Q	西芹豆包絲 炒:西芹Q, 豆包絲	薑絲木耳 炒:木耳Q, 乾銀耳	有機蔬菜	薑絲紫菜湯 紫菜, 金針菇Q		6	2	2	2	8				
9/23	三	糙米飯	★蜜汁豆干 滷:豆干, 芝麻	★蔬菜天婦羅 炸:高麗菜Q, 紅蘿蔔Q, 芝麻	蠔油腐竹 燒:腐竹, 香菇Q, 彩椒Q	脆炒萵苣 炒:萵苣Q	烤南瓜瓣 烤:南瓜Q	有機蔬菜	鮮蒲瓜湯 蒲瓜Q, 紅蘿蔔Q, 菇		6	2	2	2	8				
9/24	四	紫米飯	椒麻花干x1 滷:蘭花干	豆醬麵筋 煮:冬瓜Q, 三色豆Q, 麵筋, 黃豆醬	雲耳大瓜 燒:大黃瓜Q, 木耳Q	筍燒豆腸 燒:豆腸, 紅蘿蔔Q, 筍乾	烘烤腰果 烤:腰果片	有機蔬菜	★日式豆腐湯 豆腐, 味噌	豆奶	6	2	2	2	8				
9/25	五	9/25中秋節放假一天，本日不供餐																	
9/28	一	9/28教師節放假一天，本日不供餐																	
9/29	二	小米飯	醬燒豆包x1 燒:豆包	紅醬洋芋 煮:洋芋Q, 番茄Q	彩蔬敏豆 炒:敏豆Q, 彩椒Q	壽喜凍豆腐 煮:凍豆腐, 紅蘿蔔Q, 鴻喜菇Q	黑胡椒玉米 炒:玉米Q, 毛豆Q	有機蔬菜	元氣蘿蔔湯 白蘿蔔Q, 紅蘿蔔Q, 枸杞		6	2	2	2	8				
9/30	三	香椿炒飯	五香豆皮結x3 滷:豆皮結, 菇	客家小炒 炒:豆干片, 芹Q, 紅蘿蔔Q	甘梅地瓜薯 炸:地瓜Q	鮮菇櫛瓜 炒:櫛瓜Q, 菇Q	辣炒碎脯 炒:碎脯	履歷蔬菜	酸辣湯 豆腐, 筍, 木耳Q, 紅蘿蔔Q		6	2	2	2	8				

★依桃教體字第11500606921號函，將高鈣食材內容於菜單上明確標註★

◎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「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。

☆ 回饋豆奶:9/24(四)

營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩

裕民田精緻午餐

桃園國中
115年8-9月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全日供應 (11:30-21:00)					週末及 假期供應 (11:30-21:00)				
8/31	一	白米飯	薑汁燒肉 C肉片, 0高麗菜, 薑/煮	金黃波波粒 C玉米, T毛豆仁, C紅蘿蔔/燒	蕈菇蒲瓜 0蒲瓜, 0鮮菇/煮	產銷履歷蔬菜	味噌海芽湯 味噌, 海芽, 豆腐		6	2	2	2	8				
									.	.	.	.	3				
									4	7	3	8	4				
9/1	二	燕麥飯	(大塊肉)香檸雞翅 C檸檬雞翅/燒	韓式部隊鍋 0大白菜, 豆皮, 0金針菇, C肉片/煮	番茄炒蛋 0番茄, 0洋蔥, 0蛋/炒	有機蔬菜	金針花雞湯 C雞丁, 金針花		6	3	2	3	8				
									2	3	1	0	9				
9/2	三	蕈菇燻飯麵 (幸福餐C) 玉米, 毛豆, 紅蘿蔔, 絞肉, 蕈菇	(大塊肉)香燒大排 C豬肉排/燒	蒜泥老皮豆腐 蒜, 油豆腐/燒	木耳花椰 C花椰菜, 0木耳, T紅蘿蔔/炒	季節蔬菜	冬瓜排骨湯 0冬瓜, C排骨	水果	6	3	1	2	8				
									.	.	.	.	9				
									4	6	9	9	6				
9/3	四	白米飯	夜市鹹酥魚 0魚丁, 0九層塔/炸	濃香咖哩 0洋芋, T紅蘿蔔/煮	脆炒高麗菜 0高麗菜, T紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	紅豆湯 T紅豆		6	2	1	2	8				
									.	.	.	.	4				
									7	7	9	8	5				
9/4	五	糙米飯	蔥香豬煲 C肉柳, 0洋蔥, 0蔥/炒	雞塊+地瓜條 C雞塊, 0地瓜條/烤	海帶白干絲 海帶絲, 白干絲, T紅絲/拌	有機蔬菜	暖暖肉骨茶 0蘿蔔, 肉骨茶包, C肉片		6	2	2	3	8				
									.	.	.	.	6				
									6	8	1	0	0				
9/7	一	白米飯 (幸福餐B)	(大塊肉)酥炸魚排 C魚排/炸	打拋豬肉片 C肉片, 0番茄, 干丁, 九層塔/炒	紅煮黃瓜 大黃瓜, 紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	蔬菜總匯湯 0金針菇, 0高麗菜, C肉片		6	3	2	3	8				
									.	.	.	.	3				
									0	0	3	0	8				
9/8	二	全穀飯	柱侯燉肉 C肉丁, 0洋芋, T紅蘿蔔/燉	枸杞絲瓜 0絲瓜, 枸杞, T紅蘿蔔/煮	酸甜燒餃*2 C水餃/燒	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜, C肉絲		6	2	1	2	8				
									.	.	.	.	6				
									7	9	7	9	0				
9/9	三	小米飯 (蔬食日)	堅果香滷拼盤 素肚, 海帶結, 堅果/滷	嫩蒸蛋 0蛋/蒸	白菜滷 0大白菜, 0木耳, 豆皮/煮	季節蔬菜	四神湯 薏仁, 0洋芋	水果	6	3	1	2	8				
									.	.	.	.	8				
									5	4	9	9	8				
9/10	四	紫米香飯	壽喜燒豬肉 C肉片, 0豆芽/炒	泰式魷魚丸*2 C魷魚丸/燒	鮮菇炒筍 0竹筍, 0鮮菇, T紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	蒲瓜雞湯 0蒲瓜, C雞丁, 薑絲		6	3	2	2	8				
									.	.	.	.	7				
									2	3	3	9	0				
9/11	五	白米飯	(大塊肉)招牌雞腿排 C雞腿排/燒	螞蟻上樹 冬粉, 0高麗菜, C絞肉, 蔥/炒	眷村蘿蔔煮 0白蘿蔔, T紅蘿蔔, 0番茄/煮	有機蔬菜	港式酸辣湯 豆腐, 筍絲, 0紅絲, 0蛋		6	2	2	2	8				
									.	.	.	.	4				
									5	8	3	8	9				
9/14	一	蕎麥米飯	黃金燉豬 C肉丁, 0南瓜/燉	三杯蜜干 豆干, 0九層塔/燒	培根高麗菜 0高麗菜, T紅蘿蔔, C培根/炒	產銷履歷蔬菜	海芽濃湯 海芽, 0蛋		6	3	2	2	8				
									.	.	.	.	7				
									6	2	0	8	8				
9/15	二	白米飯	南洋咖哩雞 C雞丁, 0馬鈴薯, T紅蘿蔔/煮	甘梅薯條 梅粉, 0地瓜條/烤	蛋酥滷白菜 0蛋, 0大白菜, T紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	日式味噌湯 豆腐, 味噌		6	3	2	2	8				
									.	.	.	.	7				
									7	0	0	9	5				
9/16	三	義式肉醬麵 (幸福餐C) 玉米, 毛豆, 紅蘿蔔	(大塊肉)黃金炸豬排 C豬排/炸	蒜炒花椰 C花椰菜, T紅蘿蔔, 蒜/炒	飄香豆沙包60G C豆沙包/蒸	季節蔬菜	火鍋菇菇湯 0高麗菜, 0香菇, 0金針菇, C肉片	水果	6	2	1	3	8				
									.	.	.	.	5				
									5	9	9	0	5				
9/17	四	白米飯	(大塊肉)香滷雞腿 C雞腿/滷	洋蔥炒蛋 0蛋, 0洋蔥, T紅蘿蔔/炒	冬瓜麵筋 0冬瓜, 麵筋/燒	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆, 00		6	3	2	2	8				
									.	.	.	.	7				
									2	5	0	9	7				
9/18	五	糙米飯	京醬燒魚 0魚丁, 0洋蔥, T紅蘿蔔/燒	麥克雞堡排 C雞堡排/烤	什錦脆芽 0豆芽, 豆包絲, 0韭菜, T紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	豆薯燉雞湯 C雞丁, 0豆薯		6	3	2	3	8				
									.	.	.	.	7				
									3	3	0	0	4				
9/21	一	白米飯 (幸福餐A)	(大塊肉)喀滋卡拉雞腿排 C卡拉雞腿排/炸	台式肉片滷味 C肉片, 0高麗菜, 0金針菇/煮	醬炒素雞 素雞, 0杏鮑菇/炒	產銷履歷蔬菜	芹香貢丸湯 芹, 0蘿蔔, C貢丸		6	3	2	3	8				
									.	.	.	.	9				
									1	6	3	0	0				
9/22	二	麥片0飯	(大塊肉)和風豬排 C豬排/燒	麻婆豆腐 豆腐, T毛豆, C絞肉/煮	BBQ甜不辣 0甜不辣, 芝麻/燒	有機蔬菜	巧達濃湯 C玉米, 0蛋, T紅蘿蔔		6	3	1	2	8				
									.	.	.	.	9				
									7	3	7	9	0				
9/23	三	白米飯 (蔬食日)	茄汁堅果燴蛋 0番茄, 0洋蔥, 0蛋, 堅果/燴	日式可樂餅 C玉米布丁酥/炸	木耳扁蒲 0扁蒲, T紅蘿蔔, 0木耳/煮	季節蔬菜	鮮菇筍香湯 0筍, 0菇		6	2	2	2	8				
									.	.	.	.	6				
									7	8	3	8	3				
9/24	四	紫米香飯	可樂滷扣魚 0魚丁, 筍干/燒	絞肉粉絲 0高麗菜, 冬粉, C絞肉/炒	日式關東煮 0蘿蔔, T紅蘿蔔, 油豆腐, 0鮮菇/煮	有機蔬菜	昆布湯 0黃豆芽, 昆布, C肉片	豆奶	6	3	2	3	8				
									.	.	.	.	5				
									2	0	3	0	2				
9/25	五	中秋節&教師節連假~															
9/28	一	中秋節&教師節連假~															
9/29	二	白米飯 (幸福餐A)	(大塊肉)美式雞翅 C雞翅/炸	黑胡椒豬柳 豬柳, 洋蔥, 蔥/燒	芋香白菜 0大白菜, T紅蘿蔔, 0木耳, 0芋頭/煮	有機蔬菜	酸菜白肉湯 C肉片, 酸菜		6	3	2	2	8				
									.	.	.	.	7				
									1	5	3	9	8				
9/30	三	胚芽飯	貴妃燒肉 C肉片, 0蘿蔔, 0番茄/燒	遊龍鍋貼*2 C鍋貼/煎	玉米乳酪蛋 0蛋, C玉米, T紅蘿蔔, 起司/炒	產銷履歷蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜, 0蛋		6	2	2	2	8				
									.	.	.	.	4				
									5	8	0	9	6				

★ 標示為三章—0申請日 / ◎ 標示為幸福餐及大塊肉 / 營養師 譚芯惠

*全面使用非基改黃豆製品及玉米 ▲標示為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、麵食類及其製品、大豆製品、魚類及其製品、甲殼類及其製品、乳製品」對其過敏體質者請詳閱菜單。

*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



裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中115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	全日式菜類(每份)	主菜菜類(每份)	副菜菜類(每份)	熱量(Kcal)
8/31	一	白米飯	塔香素肚 九層塔、素肚/燒	梅干燒苦瓜 梅干菜、苦瓜/燒	素炒高麗菜 高麗菜Q/炒	▲素蒼蠅頭 香菇Q、干丁/燒	鮮菇胡瓜 秀珍菇Q、胡瓜Q/煮	產銷履歷蔬菜	味噌海芽湯 味噌、海芽、豆腐	6	2	2	2
9/1	二	燕麥飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	炒西蘭花 西蘭花C/炒	▲豆豉炒干 豆豉、豆干Q/燒	酸甜黑木耳 木耳Q/燴	彩繪豆薯 彩椒Q、豆薯Q/炒	有機蔬菜	金針花湯 金針花	6	2	2	2
9/2	三	什錦炒米粉	香燒素火腿 素火腿/燒	白菜滷 白菜Q、紅蘿蔔Q/滷	素炒豆芽菜 豆芽菜/炒	▲滷味素雞 素雞/滷	鮑菇小瓜 杏鮑菇Q、小黃瓜Q/炒	季節蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑絲	6	2	2	2
9/3	四	白米飯	茄汁豆包 豆包、芝麻/燒	綜合雪蓮子 雪蓮子、毛豆Q、芋頭Q/煮	蠔油麵輪 麵輪/燒	拌炒海絲 海帶絲/炒	清炒佛手 佛手瓜Q/炒	有機蔬菜	紅豆湯 T紅豆	6	2	2	2
9/4	五	糙米飯	木須燒烤麩 烤麩、木耳Q/燒	蜜酥南瓜 南瓜Q/燒	醬燒百頁 百頁/燒	蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	美白姑炒翠芹 美白菇、西芹、紅蘿蔔Q/炒	有機蔬菜	素肉骨茶 蘿蔔、肉骨茶包	6	2	2	2
9/7	一	白米飯	紅燒蘭花干 蘭花干/燒	甜椒炒蔬 甜椒Q、小瓜Q/炒	▲嫩豆腐燒 豆腐/燒	枸杞枕瓜燒 枸杞、枕瓜Q/燒	南洋咖哩 馬鈴薯/燒	產銷履歷蔬菜	蔬菜總匯湯 金針菇、高麗菜、油片	6	2	2	2
9/8	二	全穀飯	芝麻乾燒麵腸 白芝麻、麵腸/燒	薑絲白菜 薑、大白菜/煮	▲沙茶豆皮 青椒Q、豆皮/炒	清炒大黃瓜 紅蘿蔔Q、黃瓜Q/炒	蜜燒番薯 九層塔、地瓜Q/燒	有機蔬菜	榨菜冬粉湯 香菇、榨菜、冬粉	6	2	2	2
9/9	三	時蔬炊飯	▲醬燒方干 方干/燒	絲瓜煮 絲瓜Q/煮	豆瓣炒筍 筍Q/炒	紅豆金棗 紅豆金棗/炸	素香炒茄 茄子Q/炒	季節蔬菜	四神湯 薏仁、洋芋	6	2	2	2
9/10	四	紫米香飯	▲四角油腐 油豆腐/煮	芋頭燒玉米 玉米S、芋頭Q/煮	酸心素肚 酸菜心、素肚/炒	甜椒長豆 甜椒、菜豆Q/炒	素什錦燒 木耳Q、紅蘿蔔Q、豆薯Q/燒	有機蔬菜	蒲瓜湯 蒲瓜、薑絲	6	2	2	2
9/11	五	白米飯	▲蜜燒凍豆腐 凍豆腐/滷	蘿蔔麵筋 蘿蔔、麵筋/燒	芝香海根 芝麻、海根/燒	炒白花菜 白花菜Q/炒	素炒西芹 西芹Q、香菇Q/炒	有機蔬菜	▲港式酸辣湯 豆腐、筍絲、紅絲	6	2	2	2
9/14	一	蕎麥米飯	▲薑汁素雞燒 素雞/燒	鮮炒花椰 花椰菜S/炒	▲九香豆干結 九層塔、豆干結/炒	香酥可樂餅 可樂餅/炸	螞蟻上樹 冬粉、大白菜Q/炒	產銷履歷蔬菜	海芽濃湯 海芽	6	2	2	2
9/15	二	白米飯	燒百頁 百頁/燒	白醬洋芋燒 洋芋Q、紅蘿蔔Q/煮	絲瓜杏鮑菇 絲瓜Q、杏鮑菇Q/炒	毛豆麵輪 毛豆C、麵輪/燒	蔬菜銀芽 紅蘿蔔T、豆芽Q、芹菜Q/炒	有機蔬菜	▲日式味噌湯 豆腐、味噌	6	2	2	2
9/16	三	蔬菜炒烏龍	▲五更燒豆腐 酸菜、豆腐/燒	黑醋溜豆腸 豆腸/燴	醬炒海茸 海茸/燒	黑炒山藥 木耳Q、山藥Q/炒	鮮菇扁蒲 鴻喜菇Q、扁蒲Q/炒	季節蔬菜	火鍋菇菇湯 高麗菜、香菇、金針菇	6	2	2	2
9/17	四	白米飯	▲塔香四分干 九層塔、四分干/燒	清炒小黃瓜 小黃瓜Q、紅蘿蔔Q/炒	五香素肚 素肚/滷	客家炒筍 筍/炒	彩椒鮑魚菇 彩椒Q、鮑魚菇Q/拌	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆、QQ	6	2	2	2
9/18	五	糙米飯	紅燒豆包 豆包/燒	▲蜜汁豆干 豆干/燒	清蒸南瓜 南瓜/蒸	古早味白菜 白菜、香菇/煮	枸杞合掌瓜 枸杞、合掌瓜Q/炒	有機蔬菜	豆薯鮮菇湯 鮮菇、豆薯	6	2	2	2
9/21	一	白米飯	▲梅干菜油腐 梅干、油豆腐/滷	切片海帶 海帶Q/滷	麻油絲瓜 麻油、絲瓜Q/炒	香燒麵筋 麵筋/煮	宮保杏鮑菇 西芹Q、杏鮑菇Q/炒	產銷履歷蔬菜	芹香蘿蔔湯 芹、蘿蔔	6	2	2	2
9/22	二	麥片Q飯	▲香燒黑干 黑豆干/燒	牛蒡燴蔬菜 牛蒡Q、高麗菜Q/炒	香燒茄子 茄子/燒	▲和風豆干絲 芹菜Q、紅蘿蔔Q、豆干絲/炒	鮮味刺瓜 木耳Q、刺瓜Q/炒	有機蔬菜	香濃玉米湯 玉米、紅蘿蔔	6	2	2	2
9/23	三	香檳炒飯	糖醋豆腸 豆腸/燒	佛跳牆 大白菜Q、芋頭Q/炒	▲芝麻爆素雞 素雞、芝麻/燒	長豆脆涼薯 長豆Q、豆薯Q/炒	紫米糕 紫米糕C/炸	季節蔬菜	鮮菇筍香湯 筍Q、菇Q	6	2	2	2
9/24	四	紫米香飯	紅燒烤麩 烤麩/燒	田園花菜 花菜C/炒	下飯馬鈴薯 洋芋Q、香菇Q/煮	鴻喜蒲瓜 鴻喜菇Q、蒲瓜Q/炒	▲番茄豆腐煲 番茄Q、豆腐/燒	有機蔬菜	昆布湯 黃豆芽、昆布	6	2	2	2
9/25	五	中秋節&教師節連假~											
9/28	一	中秋節&教師節連假~											
9/29	二	白米飯	紅燒百頁 百頁/燒	彩椒小黃瓜 彩椒Q、小黃瓜Q/炒	蜜燒甜不辣 甜不辣/燒	紅燒海結 海結、蘿蔔Q/滷	▲泰式打拋丁 干丁、九層塔/煮	有機蔬菜	酸菜金針湯 金針菇、酸菜	6	2	2	2
9/30	三	胚芽飯	豆豉燒花干 蘭花干/燒	西芹秀珍菇 芹菜Q、秀珍菇Q/炒	薑絲木耳 薑絲、木耳Q/拌	沙茶冬粉 白菜、冬粉/炒	▲醬燒素雞 素雞/燒	產銷履歷蔬菜	紫菜湯 紫菜	6	2	2	2

*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。
*本產品含有芝麻、含麩質之穀物、大豆製品，過敏體質者敬請詳閱菜單

營養師 譚芯惠 陳彥瑾



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

