



津味優質午餐



感謝您的反饋!!
※津味午餐問卷調查
線上調查表

永豐高中(正確版)
111年10月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜		湯品	全蛋(份)	豆蛋肉(份)	蔬菜(份)	油(份)	糖(份)	熱(卡)
10/3	一	白飯	佛蒙特咖哩雞 C雞肉.Q洋芋.Q紅蘿蔔/煮	蔥燒豆干 非基改豆干.蔥/炒	蔬菜寬粉 Q高麗菜.寬粉.Q紅蘿蔔/炒	產銷履歷蔬菜 雪花菇湯 Q金針菇.C豬肉.Q雞蛋	6.5	2.7	2	2.5		820
10/4	二	小米蒸飯	筍香扣肉 C豬肉.筍干/滷	大瓜貢丸 Q大黃瓜.C貢丸/煮	餡餅+地瓜條 C餡餅.Q地瓜/炸	有機蔬菜 白玉肉片湯 Q蘿蔔.C豬肉	6.5	2.6	2.2	2.7		827
10/5	三	什錦炒麵	卡拉脆皮雞排 C雞排/炸	芋泥包 C芋泥包/蒸	傳奇麻辣燙 Q高麗菜.Q金針菇.C魚丸.非基改凍豆腐/煮	青菜 冬瓜薏仁湯 Q冬瓜.小薏仁.C豬肉	6.3	2.7	2	3		829
10/6	四	白飯	鐵板燒肉柳 C豬肉.Q洋蔥/燒	韭菜豆芽 Q豆芽.韭菜/炒	芹香黑輪 Q芹.C黑輪/炒	有機蔬菜 味噌小魚湯 小魚干.非基改豆腐.味噌	6.3	2.6	2.2	2.8		817
10/7	五	地瓜飯	鍋燒羅勒魚 C魚肉.九層塔/炒	日式蒸蛋 Q雞蛋/蒸	海結百頁燒 海帶結.非基改百頁/燒	有機蔬菜 酸辣湯 脆筍絲.非基改豆腐.Q紅蘿蔔	6	3	2	2.6		812
10/10	一		雙十國慶日									0
10/11	二	白飯	BBQ燒肉片 C豬肉.Q洋蔥/炒	蔥爆海絲 海帶絲.非基改干絲/炒	部隊鍋 Q大白菜.Q金針菇.C米血糕/煮	有機蔬菜 玉米濃湯 Q非基改玉米.Q雞蛋	6.2	2.6	2.5	2.7		813
10/12	三	招牌雞肉飯	黃金酥炸魚 C魚肉/炸	金菇花椰 C花椰菜.Q金針菇/炒	蒜香油腐 蒜.非基改油豆腐/燒	青菜 韓式海帶湯 Q黃豆芽.海帶.C豬肉	6.2	2.8	2	3		829
10/13	四	蕎麥米飯	碳烤雞排 C雞排/烤	蝦香高麗 Q高麗菜.Q紅蘿蔔/炒	番茄炒蛋 Q番茄.Q雞蛋/炒	有機蔬菜 三絲湯 Q涼薯.C豬肉.Q紅蘿蔔	6.2	3	2.2	2.5		827
10/14	五	五穀米飯	糖醋咕咾肉 C豬肉.Q洋蔥/燒	乳酪馬鈴薯 Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/煮	雞塊+鍋貼 C雞塊.C鍋貼/炸	有機蔬菜 芹香貢丸湯 Q蘿蔔.C貢丸.Q芹菜	6.5	2.6	2	2.8		826
10/17	一	白飯	泰式椒麻魚 C魚肉.Q洋蔥/燒	客家小炒 非基改豆干.C豬肉/炒	開陽蒲瓜 蝦皮.Q蒲瓜/炒	產銷履歷蔬菜 冬瓜雞湯 Q冬瓜.C雞肉	6	2.8	2.2	2.8	豆奶	811
10/18	二	胚芽米飯	黑胡椒里肌 C豬肉/燒	蔬菜粉絲 冬Q粉.高麗菜.Q紅蘿蔔/炒	香濃布丁蒸蛋 Q雞蛋/蒸	有機蔬菜 木瓜肉片湯 Q青木瓜.C豬肉	6.5	2.8	2	2.5		828
10/19	三	茄汁義大利麵	搖搖鹽酥雞 Q雞肉.海苔粉/炸	白玉關東煮 Q蘿蔔.C黑輪.Q玉米圈.海帶/煮	豆沙包 C豆沙包/蒸	青菜 竹筍燉湯 Q竹筍.C豬肉	6.3	2.5	2	3		814
10/20	四	白飯	花生燒肉 C豬肉.花生/燒	芝麻黑豆干 芝麻.非基改黑豆干/燒	奶香白菜 Q大白菜.Q紅蘿蔔/煮	有機蔬菜 貴族濃湯 Q非基改玉米粒.Q雞蛋	6	3	2	2.8		821
10/21	五	麥片白飯	紐澳良腿排 C雞肉/燒	鮮菇刺瓜 Q大黃瓜.Q鮮菇/燒	南洋咖哩 Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/煮	有機蔬菜 味噌豆腐湯 非基改豆腐.小魚干.味噌	6.5	2.5	2	2.6		810
10/24	一	芝麻白飯	蒜泥白肉 C豬肉.蒜/煮	花枝丸+可樂餅 C花枝丸.C可樂餅/炸	麻婆豆腐 非基改豆腐.C豬肉/燒	產銷履歷蔬菜 港式肉骨茶 Q蘿蔔.肉骨茶包.C豬肉	6	3	2	2.6		812
10/25	二	白飯	宮保雞丁 C雞肉/炒	沙茶玉米 Q非基改玉米.Q紅蘿蔔/炒	極品佛跳牆 Q大白菜.Q紅蘿蔔.C豬肉/煮	有機蔬菜 海芽蛋花湯 海帶芽.Q雞蛋	6.5	2.5	2.2	2.7		819
10/26	三	香蔥炒飯	日式炸豬排 C豬肉/炸	開陽香筍 蝦皮.Q竹筍.C豬肉/炒	眷村滷味 海帶結.C魚丸.非基改百頁/煮	青菜 羅宋湯 Q番茄.Q洋蔥.Q豬肉	6.2	2.8	2	3		829
10/27	四	小米蒸飯	蔥爆燒魚 C魚肉.Q杏鮑菇/燉	泰式獅子頭 C獅子頭/紅燒	奶香洋芋燒 Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/燒	有機蔬菜 招牌肉羹湯 脆筍絲.C肉羹.Q雞蛋	6.5	2.8	2	2.5		828
10/28	五	五穀米飯	古早味大排 C豬肉/燒	冬瓜燒肉 Q冬瓜.Q豬肉/燒	敏豆甜條 T敏豆.C甜不辣/炒	有機蔬菜 米粉湯 米粉.Q芹菜.C豬肉	6.5	2.6	2.2	2.7		827
10/31	一	白飯	印度咖哩雞 C雞肉.Q洋蔥.Q紅蘿蔔/煮	螞蟻上樹 冬粉.Q高麗菜.C豬肉/炒	鐵板油豆腐 海帶根.非基改豆干/燒	產銷履歷蔬菜 黃瓜肉片湯 Q大黃瓜.C豬肉	6.5	2.7	2	2.6		825

★本廠食材來源一律使用「國產豬肉」，產地：台灣。
 ◎ 全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。 ▽每週一供應產銷履歷蔬菜、每週二、四、五供應有機蔬菜。
 ◆注意：甲殼類.芒果.花生.奶類.蛋.堅果類.芝麻.含麩質之穀物.大豆.魚類及其製品 為食品過敏原，不適合對其過敏體質者食用。

津味企業有限公司 HACCP優良廠商
 地址：桃園市大溪區新光東路61巷20弄6號
 服務電話：03-3881534
 營養師：呂如蘋 營養字第3594號