裕民色精緻年譽

永豐高中 111年12月菜單

美味副菜 湯品 日期 合菜主食 合菜主菜 6 2 2 3 8 3 8 醬爆豬柳條 用園三色炒蛋 和風豆腐湯 鮮菇扁蒲 有機 12/1 肧芽米飯 . 5 6 i 0 蛋. 玉米. 紅蘿蔔/炒 扁蒲. 鮮香菇. 蝦皮/煮 豆腐. 味噌. 海芽 酥炸唐揚雞 2 2 3 8 6 6 BB0甜不辣 冬菜粉絲湯 蕪菁燒肉片 12/2 Ŧ 白米飯 7 . 8 1 甜不辣. 洋蔥/炒 蕪菁. 肉片. 紅蘿蔔/煮 冬菜. 粉絲. 肉絲 烤肉醬風里肌 2 產銷 西芹炒干片 枕瓜肉片湯 菜脯滑蛋 12/5 蕎麥飯 4 菠荽 蛋. 菜脯. 蔥/炒 豆干片, 西芹/炒 枕瓜. 大薏仁. 肉片 香脆海鲜大排 6 2 2 2 8 3 1 培根炒高麗 濃香咖哩洋芋 酸辣湯 白米飯 12/6 蔬菜 . 5 6 2 8 洋芋. 紅蘿蔔/煮 高麗. 培根/炒 筍絲. 豆腐. 木耳. 紅蘿蔔 2 8 4 2 涮嘴雞腿排 肉骨茶湯 鍋貼煎 奶香杏菇煲 季節 \equiv 羅勒麵 12/7 0 ò 杏鮑菇. 馬鈴薯. 洋蔥/燒 豆薯. 肉骨茶包. 肉片 鍋貼/煎 2 2 6 2 8 3 5 野味燒肉 彩繪花椰 蘿蔔肉羹 菇菇蔬菜湯 有機 12/8 糕米飯 7 1 8 蔬菜 5 花椰. 紅蘿蔔/炒 蘿蔔. 肉羹/煮 香菇. 金針菇. 蔬菜. 肉片 6 2 2 2 8 3 8 暖呼麻油雞 太卫黄瓜煮 瓜仔肉燥 有機 紫菜蛋花湯 白米飯 12/9 五 7 . 5 . 2 . 8 絞肉, 干丁, 瓜仔/煮 黃瓜, 木耳/煮 雞丁. 米血. 薑. 高麗菜/燒 紫菜. 蛋 放假一天~ 12/12 2 3 8 5 3 香酥雞排 6 2 刺瓜燴肉片 海鲜湯 麻婆豆腐 12/13 白米飯 . 5 . 8 1 蔬菜 0 刺瓜. 肉片/者 海芽. 蛋. 蟹絲 豆腐. 絞肉. 蔥/燒 8 3 3 6 2 2 3 糖醋魚 臘味 虎皮蝦捲 金針花湯 蒙古炒肉絲 季節 12/14 . 5 . . 5 . 2 蛋炒飯 豆芽. 肉絲. 紅蘿蔔/炒 蝦捲/炸 金針花. 豬肉 2 6 2 2 **売指小翅腕*2** 海帶拌干絲 麻辣湯 有機 淡水貢丸湯 12/15 四 白米飯 . 5 6 1 8 9 海帶絲, 白干絲, 紅絲/拌 高麗, 豆皮, 百百, 金針菇/者 蘿蔔. 貢丸. 2 3 蔥爆肉絲 紅絲炒蛋 筍香肉片 有機 結頭菜豬肉湯 12/16 五 燕麥飯 5 2 0 蛋. 紅蘿蔔. 洋蔥/炒 結頭菜. 豬肉 私製香香雞 2 3 8 4 7 產銷 6 2 豆 泰式打抛豬 白菜滷 薑絲冬瓜湯 12/19 白米飯 履歷 . 7 . 5 . 奶 . 2 蔬菜 絞肉. 干丁. 九層塔/煮 大白菜. 紅蘿蔔. 蛋. 木耳/煮 冬瓜. 薑. 魚丸 砂鍋鱼 2 2 和風白玉煮 芝麻蜜黑干 豆薯雞湯 有機 麥片0飯 12/20 8 6 0 8 蘿蔔. 紅蘿蔔. 海結/煮 黑豆干. 芝麻/燒 豆薯. 雞丁 2 2 8 4 0 檸香雞翅 濃郁起司肉醬 豆沙包 季節 酸菜白肉湯 義大利麵 12/21 8 蔬菜 8 . 5 0 絞肉. 番茄. 洋芋. 起司. 玉米/煮 蒜味里肌 6 2 2 2 8 菇菇瓠瓜 韓式部隊鍋 有機 冬至鹹湯圓 白米飯 12/22 四 7 2 8 5 高麗, 泡菜, 麵, 豆皮/煮 鮮菇. 瓠瓜. 紅蘿蔔. 貢丸/煮 湯圓. 芹. 肉絲. 香菇絲 6 2 2 3 8 4 5 下霞咖哩雞 聖誕炸物拼盤 紅片花椰 玉米濃湯 有機 小米香飯 12/23 五 6 6 1 ò 花椰菜. 紅蘿蔔/炒 雞塊. 地瓜條/炸 產銷 6 2 2 2 醬香鱼塊 8 5 5 芹炒黑輪 暖暖肉骨茶 珍珠肉末 12/26 地瓜飯 履歷 7 8 8 ò 玉米. 絞肉. 毛豆. 紅蘿蔔/炒 魚丁/燒 黑輪.芹/炒 蘿蔔. 肉骨茶包. 豬肉 2 2 黃金豬排 6 2 沙茶凍豆腐煲 蔬菜冬粉 右繼 筍香豬肉湯 白米飯 12/27 2 蔬菜 . 5 6 1 8 凍豆腐. 沙茶/煮 高麗. 冬粉. 絞肉. 木耳. 紅蘿蔔/炒 筍. 豬肉 6 2 2 3 8 5 沙茶乾拌 洣洗谿腿排 結頭菜燒肉 香酥玉米餅 海結豬肉湯 季節 12/28 . 8 蔬菜 . 5 i 0 玉米餅/炸 海結. 豆芽. 豬肉 結頭菜. 肉片/燒 6 2 2 壽喜燒肉片 洋蔥燴蛋 鮮味佛手瓜 有機 三絲羹湯 胚芽飯 12/29 四 3 8 8 小丸子. 佛手瓜. 紅蘿蔔/炒 蘿蔔絲. 木耳絲. 紅絲. 肉羹 蛋. 洋蔥. 乳酪/炒 2 2 6 2 杏鮑菇燒雞 日式豆醬湯 蝦香高麗 大桶滷味 有機 12/30 白米飯 五 5 3 . 2 7 7 蔬菜 8 高麗. 紅絲. 蝦皮/炒 豆干,素肚,酸菜心/減 豆腐. 味噌

[★] 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

^{*}週一供應產銷履歷蔬菜

^{*}週二四五供應有機蔬菜