

裕民田精緻午餐

永豐高中
114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 種類 (份)	正午 供應 種類 (份)	晚餐 供應 種類 (份)	熱量 (Kcal)			
★	8/29	五	白米飯	海苔雞米花 海苔粉, 雞丁/炸	麻婆豆腐 豆腐, 毛豆, 絞肉/煮	木須花椰 木耳, 紅蘿蔔, 花椰/炒	有機 蔬菜	風味海結湯 海結, 豆芽, 肉片	6 . 6	2 . 7	2 . 0	2 . 8	8 4 1
★	9/1	一	白米飯	蔥香豬煲 肉柳, 洋蔥, 蔥/炒	珍珠肉末 玉米, 毛豆仁, 紅蘿蔔, 絞肉/燒	砂鍋白菜 大白菜, 豆皮, 蛋, 木耳/煮	產銷 履歷 蔬菜	味噌豆腐湯 味噌, 豆腐	6 . 6	2 . 5	2 . 2	2 . 8	8 3 1
★	9/2	二	燕麥飯	三杯魚丁 魚丁, 九層塔, 豆干/炒	濃香咖哩 洋芋, 紅蘿蔔/煮	鮮炒蒲瓜 蒲瓜, 香菇, 絞肉/煮	有機 蔬菜	芹香貢丸湯 芹, 蘿蔔, 貢丸	6 . 7	2 . 2	2 . 0	2 . 7	8 0 6
★	9/3	三	什錦拌麵	香蒜大排 蒜, 豬肉排/燒	飄香蒸肉包 肉包/蒸	脆炒高麗菜 高麗菜, 紅蘿蔔, 蝦皮/煮	季節 蔬菜	四神湯 薏仁, 豬肉, 洋芋	6 . 0	2 . 6	1 . 8	2 . 8	7 8 6
★	9/4	四	白米飯	喀滋卡拉雞腿排 卡拉雞腿排/炸	洋葱炒蛋 蛋, 洋葱, 紅蘿蔔/炒	眷村蘿蔔煮 番茄, 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 絞肉, 海帶結/煮	有機 蔬菜	黃瓜肉片湯 黃瓜, 肉片	6 . 0	2 . 8	2 . 0	3 . 0	8 1 5
★	9/5	五	糙米飯	泡菜豚肉鍋 高麗, 泡菜, 肉片, 金針菇/煮	韭菜炒豆芽 豆芽, 韭菜, 紅蘿蔔, 肉絲/炒	檸檬雞柳條*2 檸檬雞柳條/炸	有機 蔬菜	南瓜濃湯 南瓜, 玉米, 蛋	6 . 6	2 . 9	2 . 1	2 . 9	8 6 3
★	9/8	一	小米飯	美式雞翅 雞翅/炸	塔香打拋豬 絞肉, 番茄, 干丁, 九層塔/炒	木耳黃瓜煮 木耳, 大黃瓜, 紅蘿蔔/煮	產銷 履歷 蔬菜	番茄羅宋湯 番茄, 高麗菜, 豬肉片	6 . 3	2 . 8	2 . 0	3 . 0	8 3 6
★	9/9	二	白米飯	柱侯燉肉 肉丁, 洋芋, 紅蘿蔔/燉	蝦香白菜滷 大白菜, 木耳, 蝦皮/煮	糖醋黑輪 西芹, 黑輪/燒	有機 蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜, 肉絲	6 . 7	2 . 4	2 . 0	2 . 9	8 3 0
★	9/10	三	古早味 肉燥飯	酸甜魚條*3 魚條/燒	番茄燉蛋 番茄, 洋葱, 蛋/燉	香滷拼盤 素雞, 海帶根, 杏鮑菇/煮	季節 蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔, 排骨	6 . 8	2 . 7	1 . 9	2 . 9	8 5 7
★	9/11	四	紫米香飯	壽喜燒豬肉 肉片, 豆芽/炒	0嫩蒸蛋 蛋, 紅蘿蔔, 蔥/蒸	鮮菇炒筍 竹筍, 鮮菇, 紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	冬瓜雞湯 冬瓜, 雞丁, 薑絲	6 . 4	2 . 6	2 . 4	2 . 8	8 2 9
★	9/12	五	海苔香鬆飯	蔥油嫩雞 雞丁, 蔥, 洋葱/煮	甘梅薯條 地瓜條/炸	蕪菁燒海結 結頭菜, 紅蘿蔔, 肉片, 海帶結/煮	有機 蔬菜	眷村肉羹湯 肉羹, 筍絲, 木耳絲, 紅絲	6 . 9	2 . 3	2 . 0	2 . 9	8 3 6
★	9/15	一	麥片0飯	黃金嫩豬 肉丁, 南瓜/燉	蒜泥老皮豆腐 蒜, 豆腐/燒	蝦香高麗菜 高麗菜, 紅蘿蔔, 蝦皮/炒	產銷 履歷 蔬菜	海芽濃湯 海帶, 蛋	6 . 3	2 . 7	2 . 2	2 . 8	8 2 5
★	9/16	二	白米飯	芝麻蜜燒魚 魚丁, 四分干, 芝麻/炒	酸甜燒餃*2 水餃/燒	蛋酥滷白菜 蛋, 大白菜, 紅蘿蔔, 蝦皮/煮	有機 蔬菜	淡水豬肉湯 蘿蔔, 豬肉片	6 . 5	2 . 6	2 . 0	2 . 9	8 3 1
★	9/17	三	義大利麵	泰式豬排 豬排/燒	鮮炒花椰 花椰, 紅蘿蔔, 肉絲/炒	奶香杏鮑菇洋芋 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 杏鮑菇/煮	季節 蔬菜	筍香肉片湯 筍, 豬肉	6 . 3	2 . 5	2 . 0	3 . 0	8 1 4
★	9/18	四	白米飯	脆皮雞腿 雞腿/炸	大根燒 蘿蔔, 紅蘿蔔, 甜不辣, 香菇/煮	青蔥菜脯炊蛋 蛋, 菜脯, 蔥/炒	有機 蔬菜	日式味噌湯 豆腐, 味噌	6 . 3	2 . 6	1 . 7	2 . 8	8 0 5
★	9/19	五	小米飯	京醬豬柳 豬柳, 洋葱, 紅蘿蔔/燒	開陽扁蒲 扁蒲, 紅蘿蔔, 蝦皮, 絞肉/煮	海鮮魷魚丸*2 魷魚丸/炸	有機 蔬菜	昆布湯 黃豆芽, 昆布, 肉片	6 . 3	2 . 6	2 . 2	2 . 9	8 2 2
★	9/22	一	蕎麥米飯	酥炸魚丁 魚丁, 九層塔/炸	沙茶客家小炒 芹, 豆干, 肉絲, 紅蘿蔔/炒	招牌佛跳牆 大白菜, 蝦皮, 木耳絲, 豆皮/煮	產銷 履歷 蔬菜	暖暖肉骨茶 蘿蔔, 肉骨茶包, 肉片	6 . 3	2 . 7	2 . 0	3 . 0	8 2 9
★	9/23	二	白米飯	和風豬排 豬排/燒	茄汁炒蛋 番茄, 洋葱, 蛋/燉	蒙古炒肉絲 豆芽, 韭菜, 紅蘿蔔, 肉絲/燙	有機 蔬菜	豆薯燉雞湯 雞丁, 豆薯	6 . 5	2 . 6	1 . 9	2 . 8	8 2 4
★	9/24	三	夜市鐵板麵	香滷雞腿排 雞腿排/滷	雞塊甜不辣 雞塊, 甜不辣/炸	冬瓜肉燥 枸杞, 冬瓜, 絞肉/燒	季節 蔬菜	火鍋菇菇湯 高麗菜, 香菇, 金針菇, 肉片	6 . 8	2 . 7	2 . 0	2 . 9	8 5 9
★	9/25	四	紫米香飯	可樂滷扣肉 豬肉丁, 筍干/燒	麻辣燙 高麗, 金針菇, 肉片/煮	日式關東煮 蘿蔔, 紅蘿蔔, 油條, 鮮菇/煮	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米, 蛋, 紅蘿蔔	6 . 5	2 . 6	2 . 5	2 . 8	8 3 9
★	9/26	五	白米飯	南洋咖哩雞 雞丁, 馬鈴薯, 紅蘿蔔/煮	0嫩蒸蛋 蛋, 紅蘿蔔, 蔥/煮	海帶白干絲 海帶絲, 白干絲, 紅絲/拌	有機 蔬菜	酸菜白肉湯 肉片, 酸菜	6 . 7	2 . 8	2 . 3	2 . 8	8 6 3
	9/29	一	教師節補假一天~										
★	9/30	二	麥片香飯	香燒肉片 肉片, 白蘿蔔/燒	香干素肚 素肚, 四分干/滷	芋香白菜 大白菜, 紅蘿蔔, 木耳, 芋頭/煮	有機 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜, 蛋	6 . 7	2 . 7	2 . 3	2 . 9	8 6 0

*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。

*本公司供應之餐點, 食材來源一律使用國產豬肉, 雞肉, 鴨肉。