

因全球禽流感造成雞肉供應量短缺，雞腿排和雞腿會暫時調整為翅小腿或雞丁
 承辦廠商：宏遠食品股份有限公司 HACCP第168號優良廠商
 地址：新北市五股區五權路54號
 服務電話：(02)8772-8951
 營養師：朱家正(營養字第010475號)



3-6年級 112年06月份 教室(桶餐)午餐菜單

		主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯	全穀	蛋豆	蔬菜	水果	油脂	熱量
6/1	四	紅藜小米有機飯	蜜汁豬柳	海帶干絲	什錦燴白菜	有機青菜	薑絲蚵仔湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/2	五	香菇肉絲油飯+豆瓣燒雞+鵪鶉蛋大瓜				有機青菜	西紅柿鮮蔬肉片湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
6/5	一	芝麻有機飯	薑汁燒肉	蒜蓉白花	關東煮	有機青菜	海芽豆腐味噌湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
6/6	二	地瓜有機飯	五香燒雞	螞蟻上樹	芹香干片	有機青菜	白玉排骨湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/7	三	奶油雞茸螺旋麵+★黃金柳葉魚x3+蒜味豚肉燴鮮瓜				有機青菜	綠豆芋圓甜湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
6/8	四	紫米薏仁有機飯	紅燒肉	塔香炒蛋	夯烤地瓜x1	有機青菜	山藥雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/9	五	◎火腿炒飯+香滷翅小腿x3+醬燒豆腸				有機青菜	榨菜肉絲湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
6/12	一	芝麻有機飯	★◎椒鹽花枝排	紅燒油腐	肉片白菜滷	有機青菜	酸辣湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
6/13	二	五穀有機飯	匈牙利燒肉片	芹炒干絲	毛豆蒸蛋	有機青菜	玉米濃湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/14	三	◎什錦魚板炒烏龍+青蔥雞丁+奶酥餐包x1				有機青菜	馬鈴薯排骨湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
6/15	四	小米芝麻有機飯	醬燒豬排	鮮菇炒蛋	蔥香肉茸豆腐	有機青菜	冬瓜雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/16	五	古早味滷肉飯+壕油翅腿x3+蒜蓉高麗菜				有機青菜	金針肉絲湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
6/17	六	糙米有機飯	咖哩豬	海帶三絲	◎麥克雞塊x3	有機青菜	番茄蛋花湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
6/19	一	芝麻有機飯	彩椒肉片	◎照燒雞肉丸x3	油片炒青花	有機青菜	小魚味噌豆腐湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
6/20	二	地瓜有機飯	香烤鯛魚	肉片燴鮮筍	金粒蒸蛋	有機青菜	瓜仔雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/21	三	端午肉粽+香滷雞丁+田園鮮蔬寬粉				有機青菜	酸白菜肉片湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
6/22	四	*端午節快樂*											
6/23	五												
6/26	一	芝麻有機飯	◎香酥虱目魚排	菜脯蛋	蒜香肉片炒甘藍	有機青菜	紫菜肉絲湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
6/27	二	五穀有機飯	八角滷翅腿x3	香菇蒲瓜	咖哩馬鈴薯	有機青菜	大滷湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/28	三	紅藜薏仁有機飯	蒜泥白肉	雞茸干丁	古早味蒸蛋	有機青菜	黃芽雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
6/29	四	番茄肉醬筆管麵+義大利香料燒雞+奶油花椰				有機青菜	紅豆薏仁甜湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
6/30	五	*結業式*											
豆製品、味噌、玉米皆為非基因改造					▲豬肉、牛肉原產地：台灣▲								
每餐附1份水果，每日供應有機青菜會搭配菇類、彩椒等食材增加風味						★表示烹調方式為油炸 ◎表示為魚、肉類半成品							