



美味午餐

快樂國小 111.5月午餐菜單

★皇佳食品廠

台灣豬標章QR碼



臺灣豬標章QR碼
查驗網址: 1300023
QRCode 一掃即知
台灣豬標章

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	水果類	熱量
2	一	蔬食日 糙米飯	干片小炒 干片肉絲S-炒	柴香蒸蛋 雞蛋Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-蒸	海味雙酥 魚塊Q花枝丸S-炸	產期 履歷	玉米濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q雞蛋Q	5.6	2.5	2	2.7		751
3	二	香Q白飯	塔香燒雞 雞丁S豆薯Q-燒	鮮菇黃瓜 黃瓜Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-煮	洋蔥炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q毛豆Q-炒	有機 蔬菜	小魚豆腐湯 豆腐小魚干	5.6	2.4	2	2.6		739
4	三	肉絲炒飯	糖醋豬排 豬排S-燒	芹香甜不辣 芹菜Q甜不辣履歷-炒	翠炒敏豆 敏豆腐履歷木耳Q紅蘿蔔Q-炒	Q青 菜	粉圓撞奶 珍珠粉圓奶粉	5.6	2.5	2.1	2.5		745
5	四	香Q白飯	香滷雞腿 雞腿S-燒	咖哩雙色 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	木須小瓜 小黃瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	有機 蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜Q肉片S	5.7	2.5	2	2.5		749
6	五	燕麥飯	黃金魚排 魚排Q-炸	韓式拌雜菜 油菜Q冬粉豆皮海帶芽紅蘿蔔Q-炒	古早味肉燥 絞肉S-滷	有機 蔬菜	白玉雞丁湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q雞丁Q	5.5	2.5	2	2.8		749
9	一	蔬食日 香Q白飯	家常油豆腐 油豆腐木耳Q-煮	蔬炒敏豆 敏豆腐履歷紅蘿蔔Q木耳Q-炒	玉米肉末 玉米粒S絞肉S紅蘿蔔Q毛豆Q-炒	產期 履歷	田園南瓜湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	5.7	2.5	2	2.5		749
10	二	海苔飯	安東燉雞 雞丁S馬鈴薯Q小黃瓜Q紅蘿蔔Q-燉	髮菜福丸燒 福州丸S髮菜紅蘿蔔Q雞蛋Q-煮	金菇扁蒲 蒲瓜Q金針菇Q紅蘿蔔Q-煮	有機 蔬菜	沙茶時蔬湯 高麗菜Q鮮菇Q肉絲S	5.6	2.4	2.1	2.5	1	797
11	三	什錦炒麵	日式炸豬排 豬排S-炸	沙茶豆干 豆干-滷	紅仁花椰菜 青花菜S紅蘿蔔Q木耳Q-煮	Q青 菜	好彩頭湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉片S	5.5	2.5	2	2.8		749
12	四	香Q白飯	蠔香雞翅 雞翅-滷	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	薑味海帶根 海帶根薑-炒	有機 蔬菜	柴香味噌湯 豆腐柴魚片	5.5	2.5	2.1	2.6		742
13	五	什穀米飯	砂鍋魚丁 魚丁Q高麗菜Q-燒	打拋肉 蕃茄Q洋蔥Q絞肉S-煮	酥炸雞塊x2 雞塊S-炸	有機 蔬菜	肉骨茶湯 豆薯Q排骨S	5.5	2.5	2	2.7		744
16	一	蔬食日 糙米飯	豆仁百頁 百頁豆腐毛豆Q紅蘿蔔Q木耳Q-煮	干丁肉燥 干丁絞肉S-煮	鮮菇高麗 高麗菜Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-炒	產期 履歷	玉米蛋花湯 玉米粒S雞蛋Q	5.5	2.5	2.1	2.5		738
17	二	香Q白飯	味噌薑燒魚 魚丁Q洋蔥Q-燒	鍋貼&蝦捲 鍋貼S蝦捲S-炸	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	有機 蔬菜	刺瓜湯 黃瓜Q雞丁Q	5.6	2.5	2	2.7		751
18	三	台式炒飯	豆乳雞 雞丁Q-炸	香滷大溪豆干 黑豆干-滷	鮮筍肉絲 筍Q肉絲S-炒	Q青 菜	海結排骨湯 海帶結排骨S	5.6	2.4	2.2	2.6		744
19	四	胚芽米飯	BQ豬排 豬排S-煮	芙蓉絲瓜 絲瓜Q雞蛋Q寬冬粉-煮	日式關東煮 蘿蔔Q甜不辣Q-煮	有機 蔬菜	綠豆湯 綠豆珍珠粉圓	5.7	2.5	2	2.5		749
20	五	香Q白飯	南洋咖哩雞 雞丁S馬鈴薯Q-煮	菇菇鮮蔬 大陸妹Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-炒	蒜香雙味 豆干素肚-滷	有機 蔬菜	肉羹湯 雞蛋S紅蘿蔔Q木耳Q肉羹S雞蛋Q	5.6	2.5	2.2	2.6		752
23	一	蔬食日 燕麥飯	銀羅什錦 豆干蘿蔔Q紅蘿蔔Q-燉	玉米雞蓉 玉米粒S雞絞肉Q紅蘿蔔Q-煮	什炒黃瓜 黃瓜Q鮮菇Q木耳Q-炒	產期 履歷	和風海芽湯 海帶芽小魚干	5.6	2.5	2	2.5		742
24	二	香Q白飯	五香滷雞腿 雞腿S-滷	茶碗蒸 雞蛋Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-蒸	筍香肉末 筍丁絞肉S-煮	有機 蔬菜	金茸佛手湯 佛手瓜Q金針菇Q肉片S	5.5	2.5	2.1	2.5		738
25	三	海苔飯	醬燒里肌排 豬排S-燒	脆炒洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	五更什錦 豆腐肉絲酸菜T-煮	Q青 菜	結頭菜湯 結頭菜Q雞丁Q	5.7	2.5	2	2.6		754
26	四	香Q白飯	三杯魚丁 魚丁Q米血丁S-煮	干片小炒 干片芹菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒	冬瓜肉燥 冬瓜Q絞肉S-煮	有機 蔬菜	雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉片S	5.5	2.5	2	2.7		744
27	五	五穀米飯	蒜酥豬排 豬排S-炸	魚香炒蛋 絞肉S洋蔥Q雞蛋Q-炒	塔香海龍 海龍-炒	有機 蔬菜	酸辣湯 豆腐木耳Q紅蘿蔔Q筍T	5.5	2.5	2.1	2.8		751
30	一	蔬食日 胚芽米飯	紅燒豆腐 豆腐絞肉S紅蘿蔔Q-燒	翠炒青花菜 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	台式雙併 貢丸S地瓜Q-炸	產期 履歷	羅宋湯 高麗菜Q蕃茄Q芹菜Q肉絲S	5.7	2.5	2	2.7		758
31	二	香Q白飯	家鄉滷肉 肉丁S筍T-滷	海芽炒蛋 海帶芽雞蛋Q玉米粒S紅蘿蔔Q-炒	韭香銀芽 豆芽菜Q韭菜Q木耳Q-炒	有機 蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q雞丁Q	5.6	2.5	2.1	2.6		749

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供履歷米供餐，5/17(二)提供水果、5/24(二)提供乳品。 營養師 劉容均、鄭雅芸

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。★三章1Q豆奶日：5/10(二)。

(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：台灣農產生產追溯 (T)：產地-台灣