



# 南門國小

## 114.4月午餐菜單



★皇佳食品廠  
臺灣豬標章  
QR碼



臺灣豬標章QR碼  
標準編號: 12005718

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	全蛋 雞糞	豆魚 蛋內	蔬菜 類	油脂 類	熱量
1	二	海苔飯	<b>炸雞</b> 雞排S-炸	洋芋燴蛋 馬鈴薯Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-煮	五香什錦 筍T海帶結紅蘿蔔Q-滷	有機蔬菜 味噌湯 豆腐	5.8	2.4	2	2.5	749
<b>親職日補假一天</b> <b>~兒童節、清明節連假~</b>											
7	一	麥片飯	<b>瓜仔雞</b> 雞丁S脆瓜T-煮	彩繪什錦 玉米粒Q紅蘿蔔Q毛豆履歷絞肉S-煮	韓式白菜年糕 白菜Q年糕-煮	產銷履歷 結頭菜湯 結頭菜Q排骨S	6	2.3	2	2.5	755
8	二	香Q白飯	<b>醬燒排骨</b> 排骨S-滷	咖哩肉醬 馬鈴薯Q絞肉S紅蘿蔔Q-煮	韭香芽菜 豆芽菜Q紅蘿蔔Q韭菜Q-炒	有機蔬菜 綠豆Q圓湯 綠豆Q圓	5.7	2.4	2	2.5	742
9	三	糙米飯	<b>三杯雞</b> 雞丁S豆薯Q-煮	糖醋黑輪 黑輪Q-煮	木耳敏豆 敏豆履歷木耳Q肉絲S紅蘿蔔Q-炒	季節青菜 金針肉絲湯 乾金針T肉絲S木耳Q	5.8	2.3	2	2.5	741
10	四	燕麥飯	<b>沙茶魚丁</b> 魚丁Q大白菜Q-煮	鍋燒雙味 麵輪海帶結紅蘿蔔-燒	海山醬嫩油腐x1 嫩油腐-煮	有機蔬菜 白玉香菇湯 蘿蔔Q香菇Q雞丁S	5.6	2.4	2	2.7	744
11	五	茄汁螺旋麵	<b>香滷雞腿</b> 雞腿S-滷	豆沙包x1 豆沙包S-蒸	紅仁時蔬 高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 芙蓉濃湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	5.5	2.5	2	2.5	735
14	一	香Q白飯	<b>岩燒肉排</b> 肉排S-燒	鮮菇什蔬 黃瓜Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-煮	四寶肉醬 玉米粒Q絞肉S毛豆履歷紅蘿蔔Q-煮	產銷履歷 豆薯雞丁湯 豆薯Q雞丁S	6	2.4	2	2.5	763
15	二	台式炒飯	<b>義式雞丁</b> 雞丁S洋蔥Q-煮	培根高麗 高麗菜Q培根S紅蘿蔔Q-炒	香拌粉絲 冬粉絞肉S黃豆芽Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜 日式小魚湯 海帶芽小魚干	5.8	2.4	2	2.7	758
16	三	麥片飯	<b>黑胡椒排骨</b> 排骨S-滷	甜醬油腐 油腐-煮	海根炒肉絲 海帶根肉絲S-炒	季節青菜 佛手雞丁湯 佛手瓜Q雞丁S	5.5	2.5	2	2.7	744
17	四	小米飯	<b>香酥魚排</b> 魚排Q-炸	肉末炒蛋 雞蛋Q絞肉S洋蔥Q-炒	柴香白菜 白菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 薑絲時瓜湯 冬瓜Q肉絲S	5.7	2.4	2	2.5	742
18	五	蔬食日 糙米飯	<b>五香豆干</b> 五香豆干-燒	大根燒 蘿蔔Q玉米粒Q香菇Q紅蘿蔔Q-煮	紅蔥肉燥 絞肉S-煮	有機蔬菜 豆腐羹湯 豆腐雞蛋Q木耳Q紅蘿蔔Q筍T	5.6	2.4	2	2.8	748
21	一	什穀米飯	<b>蔥油時蔬魚</b> 魚丁Q高麗菜Q-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	蒜蓉豆干 豆干-燒	產銷履歷 海帶排骨湯 海帶結排骨S	5.5	2.5	2	2.5	735
22	二	肉絲炒麵	<b>醬滷豬排</b> 豬排S-滷	翠綠小瓜 小黃瓜Q木耳Q-炒	芋泥包x1 芋泥包S-蒸	有機蔬菜 大頭菜雞湯 結頭菜Q雞丁S	5.5	2.4	2	2.8	741
23	三	胚芽米飯	<b>蒜香雞腿</b> 雞腿S-滷	五更豆腐煲 豆腐肉片S酸菜T-煮	芹炒時蔬 芹菜Q海帶絲木耳Q紅蘿蔔Q-炒	季節青菜 玉米蛋花湯 玉米粒Q雞蛋Q	5.5	2.3	2	2.5	720
24	四	香Q白飯	<b>韓式部隊鍋</b> 肉片S白菜Q年糕-煮	香酥雞堡x1 雞胸堡S-炸	薑燒冬瓜 冬瓜Q毛豆履歷紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜 紅豆薏仁湯 紅豆履歷薏仁	5.6	2.4	2	2.7	744
25	五	麥片飯	<b>南洋咖哩雞</b> 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	塔香寬粉 寬冬粉絞肉S-煮	蒸蛋 雞蛋Q-蒸	有機蔬菜 刺瓜肉絲湯 黃瓜Q肉絲S	5.8	2.4	2	2.5	749
28	一	糙米飯	<b>照燒魚</b> 魚丁Q洋蔥Q-煮	腰果玉米肉末 玉米粒Q紅蘿蔔Q毛豆履歷絞肉S腰果-煮	鮮菇扁蒲 扁蒲Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-煮	產銷履歷 豆薯排骨湯 豆薯Q排骨S	5.7	2.3	2	2.5	734
29	二	香Q白飯	<b>家鄉燉肉</b> 肉丁S筍T-燉	薑味海茸 海茸紅蘿蔔Q-炒	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q豆腐-炒	有機蔬菜 魷魚羹湯 魷魚羹S蘿蔔Q木耳Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	5.5	2.4	2	2.5	728
30	三	小米飯	<b>香滷雞翅</b> 雞翅S-滷	沙茶滷味 豆干素肚-煮	蒜香高麗菜 高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	季節青菜 木耳金針湯 乾金針T木耳Q雞丁S	5.5	2.3	2	2.5	720

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。 ★三章1Q豆奶日: 4/9(三)。

(S): CAS 台灣優良農產品標章 (Q): 溯源農糧產品 (T): 產地-台灣