



# 美味午餐

# 南門國小 111.4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: D300023

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	全蛋	紅豆	綠豆	油麵	水餃	熱量
1	五	蔬食日 糙米飯	義式洋芋什錦 <small>肉丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-嫩</small>	鮮菇蒲瓜 <small>蒲瓜Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-炒</small>	肉燥福州丸 <small>福州丸S絞肉S-煮</small>	有機蔬菜	蕃茄蛋花湯 蕃茄Q雞蛋Q	5.7	2.5	2.2	2.5		754
4	一	 連續假期											
5	二	(假期)											
7	四	香Q白飯	瓜仔雞 <small>雞丁S脆瓜T-煮</small>	麻香肉片 <small>肉片S豆薯Q-煮</small>	茄汁炒蛋 <small>洋蔥Q雞蛋Q-炒</small>	有機蔬菜	黑糖雙Q圓 珍珠粉圓Q圓	5.6	2.6	2.2	2.6		759
8	五	燕麥飯	橙香里肌 <small>豬排S-燒</small>	油腐肉燥 <small>油豆腐絞肉S-煮</small>	甘梅地瓜 <small>地瓜Q-炸</small>	有機蔬菜	芙蓉濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q火腿S雞蛋Q	5.6	2.5	2	2.7		751
11	一	千島香鬆飯	蒜蓉雞腿 <small>雞腿S-滷</small>	什錦白菜 <small>大白菜Q鮮菇Q木耳Q-煮</small>	蜜燒黑干 <small>黑豆干-燒</small>	產銷履歷	佛手肉片湯 佛手瓜Q肉片S	5.5	2.5	2.2	2.5		740
12	二	胚芽米飯	椰香咖哩魚 <small>魚丁Q馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮</small>	海結雙味 <small>海帶結麵輪Q-滷</small>	小瓜肉片 <small>小黃瓜Q肉片S-炒</small>	有機蔬菜	雙色蘿蔔湯 白蘿蔔Q紅蘿蔔Q魚丸S	5.7	2.5	2.2	2.6	1	819
14	四	香Q白飯	壽喜燒肉片 <small>洋蔥Q肉片S-煮</small>	咋滋魚塊x2 <small>魚塊Q-炸</small>	紅蘿蔔炒蛋 <small>紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒</small>	有機蔬菜	四寶甜湯 大豆綠豆珍珠粉圓花生	5.5	2.5	2.2	2.7		749
15	五	蔬食日 五穀米飯	腰果彩椒豆干 <small>豆干甜椒Q腰果-煮</small>	醬冬瓜肉燥 <small>冬瓜Q絞肉S-煮</small>	干絲銀芽 <small>豆芽菜Q干絲韭菜Q-炒</small>	有機蔬菜	法式濃湯 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q洋蔥Q雞蛋Q	5.6	2.5	2.2	2.6		752
18	一	糙米飯	紅燒豬腩 <small>肉丁S白蘿蔔Q-燒</small>	玉米雞蓉 <small>玉米粒S毛豆Q雞絞肉Q-煮</small>	柴香花枝燒 <small>花枝丸SX2-燒</small>	產銷履歷	酸辣湯 豆腐木耳Q紅蘿蔔Q雞蛋Q筍T	5.6	2.5	2	2.7		751
19	二	香Q白飯	三杯雞 <small>雞丁S豆干-煮</small>	木須黃瓜 <small>大黃瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮</small>	蕃茄炒蛋 <small>蕃茄Q雞蛋Q-炒</small>	有機蔬菜	地瓜Q圓湯 地瓜Q圓	5.5	2.5	2.3	2.6		747
21	四	什錦炒麵	五香棒腿 <small>雞腿S-滷</small>	糖醋黑輪 <small>黑輪S甜椒Q-煮</small>	翠綠鮮蔬 <small>大陸妹Q鮮菇Q-炒</small>	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q肉片S	5.8	2.5	2.1	2.5		759
22	五	地瓜飯	香酥魚排 <small>魚排Q-炸</small>	瓜仔肉 <small>絞肉S脆瓜T-煮</small>	韓式拌雜菜 <small>油菜Q冬粉海帶芽豆管紅蘿蔔Q-煮</small>	有機蔬菜	香菇雞湯 香菇Q白蘿蔔Q雞丁Q	5.6	2.5	2	2.7		751
25	一	胚芽米飯	醬燒雞翅 <small>雞翅S-滷</small>	洋蔥肉片 <small>肉片S洋蔥Q-炒</small>	雙菇豆腐 <small>豆腐毛豆Q香菇Q金針菇Q-煮</small>	產銷履歷	羅宋湯 蕃茄Q高麗菜Q芹菜Q肉絲S	5.5	2.5	2.2	2.6		745
26	二	香Q白飯	塔香燒魚 <small>魚丁Q豆薯Q-燒</small>	香香雞塊X2 <small>雞塊S-炸</small>	黃金炒蛋 <small>玉米粒S雞蛋Q-炒</small>	有機蔬菜	大瓜雞丁湯 大黃瓜Q雞丁Q	5.6	2.5	2	2.7		751
28	四	海苔肉鬆飯	B/BQ豬排 <small>豬排S-燒</small>	蛋酥白菜 <small>大白菜Q雞蛋Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮</small>	紅麴肉燥 <small>豆薯Q絞肉S-滷</small>	有機蔬菜	冬瓜茶山粉圓 山粉圓Q圓	5.6	2.5	2.2	2.7		756
29	五	五穀米飯	麻香雞丁 <small>雞丁S高麗菜Q豆管-煮</small>	咖哩肉丸子 <small>獅子頭S洋蔥Q-煮</small>	薑燒冬瓜 <small>冬瓜Q鮮菇Q毛豆Q-燒</small>	有機蔬菜	麵線羹湯 麵線肉羹木耳Q紅蘿蔔Q筍T雞蛋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，4/12(二)回饋水果。

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)。

(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