

歡迎掃描QR-Code購買午餐便卷

全面使用
非基改豆漿製品

大商國中

總發行所：02-26085555 / 040POT00081
有過敏體質者，請避免食用。

日期	星期	主食	主菜	副菜		青菜	湯品	備註	全蛋	蛋黃	肉類	水	油	糖	鹽	其他
8/30	二	白飯 白米	古早味滷肉 豬肉+蘿蔔-油 7:3	玉米炒蛋 雞蛋+玉米-炒 6:4	雙色花椰 花椰菜+時蔬-煮 8:2	有機蔬菜	味噌湯 豆腐+海帶芽		6.4	2.7	2.2	2.4	0	81		
31	三	茄汁義大利麵 麵+豬肉+番茄	沙茶雞丁 雞肉+時蔬+沙茶-煮 6:4	花枝丸 花枝丸(X2)-烤	海帶干絲 海帶+豆干+時蔬-炒 6:2:2	蔬菜	珍珠奶茶 粉圓+奶粉+紅茶		6.4	2.5	2.5	2.6	0	82		
9/1	四	白飯 白米	酥炸魚丁 魚肉-炸	蜜汁豆干雞 豆干+雞肉-煮 7:3	清炒高麗 高麗菜+時蔬-炒 8:2	有機蔬菜	香菇雞湯 蘿蔔+香菇+雞骨		6.3	2.6	2.6	2.6	0	81		
2	五	糙米飯 白米+糙米	巨港燉白雞 雞肉+鮑菇+鳳梨+椰漿-煮 7:2:1	印尼馬鈴薯 洋芋+南瓜+椰子粉-炒 7:3	肉臊銀芽 豆芽菜+紅蘿蔔+豬肉-炒 6:3:1	有機蔬菜	大滷湯 白菜+木耳-芡		6.8	2.5	2.3	2.5	0	82		
5	一	白飯 白米	黃金炸魚排 魚排(X1)-炸	鵪鶉蛋關東煮 蘿蔔+油豆腐+鵪鶉蛋-煮 6:3:1	蒜味時瓜 時瓜+紅蘿蔔-炒 8:2	產銷履歷	榨菜肉絲湯 榨菜+豬肉+黃豆芽		6.5	2.5	2.5	2.6	0	82		
6	二	麥片飯 白米+麥片	咖哩雞 雞肉+洋芋-煮 6:4	客家小炒 豆干+豬肉+芹菜-炒 6:2:2	螞蟻上樹 冬菇+高麗菜+豬肉+時蔬-炒 6:2:1:1	有機蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽+雞蛋		6.4	2.6	2.3	2.4	0	80		
7	三	滷肉飯 白米+豬肉	鐵路豬排 豬排(X1)-燒	地瓜薯條 地瓜切條-烤	櫻花蝦高麗 高麗菜+時蔬+櫻花蝦-煮 8:2	蔬菜	黃瓜排骨湯 黃瓜+湯排		6.5	2.5	2.4	2.5	0	81		
8	四	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	糖醋雞丁 雞肉+洋蔥-炒 7:3	肉臊玉米 玉米+豬肉+小黃瓜-炒 6:3:1	開陽白菜 白菜+紅蘿蔔+蝦米-煮 8:2	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐+筍-芡		6.5	2.6	2.4	2.4	0	81		
9	五	中秋節連假，放假三天														
12	一	白飯 白米	三杯雞 雞肉+鮑菇-炒 7:3	肉片寬粉 寬冬粉+豬肉-炒 8:2	木須花椰 花椰菜+木耳-煮 8:2	產銷履歷	髮菜湯 白菜+髮菜		6.5	2.6	2.3	2.4	0	81		
13	二	五穀飯 白米+五穀米	里肌肉排 豬排(X1)-燒	小瓜炒雞 小黃瓜+雞肉-炒 7:3	鮮菇高麗 高麗菜+時蔬+菇-炒 8:1:1	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米+紅蘿蔔+雞蛋-芡		6.8	2.6	2.4	2.6	0	83		
14	三	白醬義大利麵 麵+豬肉+白醬	香草雞排 雞排(X1)-烤	蒸餃 蒸餃(X2)-蒸	毛豆海帶 海帶+毛豆-煮 8:2	蔬菜	味噌湯 金針菇+海帶芽		6.3	2.5	2.6	2.5	0	80		
15	四	蕎麥飯 白米+蕎麥	肉骨茶燉魚 魚肉+菇-煮 7:3	番茄炒蛋 雞蛋+洋蔥+番茄-炒 5:3:2	蘿蔔佃煮 蘿蔔+香菇+紅蘿蔔-煮 7:2:1	有機蔬菜	銀耳紅棗湯 白木耳+紅棗		6.8	2.5	2.3	2.4	0	81		
16	五	白飯 白米	豆干拌雞 雞肉+豆干-炒 7:3	韓式部隊鍋 白菜+豬肉+泡菜+豆皮-煮 6:2:1:1	豆薯菜豆 豆薯+菜豆-炒 8:2	有機蔬菜	四神湯 洋蔥仁+枸杞+湯排		6.4	2.5	2.4	2.5	0	80		
19	一	胚芽飯 白米+胚芽米	滷豬腳 豬肉+豬腳+時蔬-油 5:2:3	貴妃燒雞 油豆腐+雞肉+海山醬-煮 7:3	炒時瓜 時瓜+木耳-炒 8:2	產銷履歷	羅宋湯 番茄+洋芋		6.6	2.4	2.3	2.3	0	80		
20	二	白飯 白米	烤雞翅 雞翅(X1)-烤	照燒肉片 金針菇+豬肉+芝麻-煮 7:3	白菜燉煮 白菜+紅蘿蔔-煮 8:2	有機蔬菜	南瓜排骨湯 南瓜+湯排		6.5	2.4	2.4	2.5	0	80		
21	三	櫻花蝦炒飯 白米+豬肉+櫻花蝦	蒙古烤肉 豬肉+豆芽菜+沙爹醬-炒 6:4	黃瓜燉雞 黃瓜+雞肉-煮 7:3	蒜味玉米 玉米+紅蘿蔔+菜豆-炒 7:2:1	蔬菜	蒜頭雞湯 高麗菜+雞骨		6.5	2.6	2.5	2.4	0	82		
22	四	白飯 白米	薑燒魚排 魚排(X1)-燒	貢丸黑干滷味 黑豆干+貢丸+紅蘿蔔-油 7:2:1	川耳花椰 花椰+木耳-煮 8:2	有機蔬菜	味噌蛋花湯 雞蛋+海帶芽		6.3	2.5	2.5	2.5	0	80		
23	五	燕麥飯 白米+燕麥	桂林排骨 豬肉+洋蔥-燒 7:3	咖哩豆腐 豆腐+豬肉-煮 9:1	蝦香高麗 高麗菜+時蔬+蝦米-炒 8:2	有機蔬菜	巧達濃湯 洋芋+紅蘿蔔-芡		6.6	2.6	2.4	2.5	0	83		
26	一	白飯 白米	茄汁燉魚 魚肉+菇+番茄-煮 6:3:1	蔥燒油腐 油豆腐+木耳+蔥-燒 8:2	菜豆炒筍 筍+菜豆-炒 7:3	產銷履歷	綠豆湯 綠豆		6.6	2.6	2.5	2.4	0	82		
27	二	薏仁飯 白米+洋薏仁	去骨雞排 去骨雞排(X1)-燒	蘿蔔排骨羹 蘿蔔+豬肉+時蔬-煮 6:3:1	清炒時瓜 時瓜+紅蘿蔔-炒 8:2	有機蔬菜	海芽針菇湯 金針菇+海帶芽		6.5	2.5	2.2	2.5	1	88		
28	三	肉臊拌麵 麵+豆芽菜+豬肉	黃金里肌排 豬排(X1)-燒	馬鈴薯條雞塊 馬鈴薯條+雞塊(X1)-烤	豆薯炒菇 豆薯+時蔬+菇-炒 7:2:1	蔬菜	玉米湯 玉米+香菇		6.3	2.4	2.6	2.6	0	80		
29	四	小米飯 白米+小米	綠咖哩雞 雞肉+洋芋+紅蘿蔔+綠咖哩+椰奶-煮 7:2:1	冬瓜麵輪 冬瓜+麵輪-煮 8:2	蠔油粉絲 冬菇+高麗菜+時蔬-炒 7:2:1	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄+雞蛋		6.5	2.5	2.3	2.5	0	81		
30	五	白飯 白米	洋蔥拌肉柳 豬肉+洋蔥-炒 7:3	玉米豆腐 豆腐+玉米-煮 8:2	炒高麗菜 高麗菜+時蔬-炒 8:2	有機蔬菜	馬鈴薯湯 洋芋+湯排	豆奶	6.5	2.5	2.2	2.4	0	80		

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆

☆本菜單常用水產品品項為：鮭魚、水鯊魚、鬼頭刀、旗魚☆