

久翔 2022年11月菜單 大商國中

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	備註	全日供應	午間供應	晚間供應	備註
1	三	飄香雞滷飯 白米+豬肉+雞肉	蜜汁燒魚排 魚排(X1)-燒	甜心豆沙包X1 豆沙包(X1)-蒸	蒜味海草 海草+時蔬-煮 7:3	QQ奶茶 包心圓+紅茶+奶粉	9/10 開始	8.7	2.8	2.3	2.8 854
2	四	蕎麥飯 白米+蕎麥	巴斯克燉雞 雞肉+香菇+洋蔥-煮 7:2:1	歐姆玉米蛋 雞蛋+玉米-炒 8:2	白菜滷 白菜+時蔬-煮 7:3	味噌豆腐湯 豆腐+洋蔥+味噌		8.8	2.7	2.3	2.8 853
3	五	白飯 白米	梅干扣肉 豬肉+梅干菜-燒 7:3	油腐炒甘藍 高麗菜+油豆腐-炒 7:3	清炒時瓜 時瓜+木耳-炒 7:3	巧達濃湯 洋芋+紅蘿蔔-煮		8.7	2.7	2.4	2.8 849
6	一	薏仁飯 白米+洋薏仁	炸魚排 魚排(X1)-炸	日式關東煮 甜不辣+白蘿蔔+豆皮-煮 5:4:1	爆炒干片 豆干+豬肉+洋蔥-炒 7:2:1	米粉湯 豆芽菜+米粉+芋頭		8.6	2.7	2.5	2.8 844
7	二	白飯 白米	壽喜燒豚 豬肉+金針菇-燒 7:3	滑嫩番茄蛋 雞蛋+洋蔥+番茄-炒 6:2:2	木須甘藍 高麗菜+木耳-煮 7:3	香菇雞湯 冬瓜+香菇+雞骨		8.8	2.7	2.3	2.8 853
8	三	燕麥飯 白米+燕麥	蔥油雞 雞肉+蘿蔔+蒜-煮 7:3	南瓜肉燥 豬肉+南瓜-煮 7:3	韓式黃芽 黃豆芽+海帶芽+芝麻-炒 8:2	結頭排骨湯 結頭菜+玉米+湯排		8.6	2.6	2.4	2.8 834
9	四	白飯 白米	吮指豬腳 豬肉+豬腳+油豆腐-煮 7:3	咖哩粉絲雞 冬粉+洋蔥+雞肉+咖哩-煮 5:3:2	雙色花椰 花椰菜+時蔬-炒 7:3	海芽蛋花湯 雞蛋+海帶芽		8.8	2.6	2.4	2.8 848
10	五	小米飯 白米+小米	義式烤雞翅 雞翅(X1)-烤	川味麻辣豆腐 豆腐+豬肉-煮 7:3	蝦米時瓜 時瓜+紅蘿蔔+蝦米-炒 7:3	當歸白菜湯 大白菜+當歸+湯排		8.8	2.6	2.4	2.7 853
11	六	茄汁義大利燴麵 麵+時蔬+豬肉+番茄+起司	甜醬油豬排 豬排(X1)-燒	麥克雞塊X2 薄皮香脆薯 麥克雞塊(X2)+馬鈴薯條-烤	彩椒高麗 高麗菜+彩椒-炒 7:3	味噌針菇湯 金針菇+海帶芽+味噌		8.6	2.7	2.5	2.8 844
13	一	校慶運動會補假									
14	二	五穀飯 白米+五穀米	糖醋雞丁 雞肉+洋蔥-炒 7:3	綜合滷味 白蘿蔔+油豆腐+豆皮+海帶-煮 5:2:2:1	白菜煮 大白菜+時蔬-煮 7:3	玉米湯 洋芋+玉米+雞蛋		8.7	2.7	2.5	2.7 856
15	三	快炒豬肉拌飯 白米+時蔬+豬肉	鐵路大排 豬排(X1)-燒	檸香雞柳條X2 炸地瓜薯條 雞柳條(X2)+地瓜薯條-炸	椰菜鮑菇 花椰菜+鮑菇-煮 7:3	蘿蔔湯 蘿蔔+芹菜		8.8	2.6	2.5	2.8 851
16	四	糙米飯 白米+糙米	蒲燒鯛魚 蒲燒魚(X1)-蒸	脆皮紅燒肉 豬肉切條-烤	韭香銀芽 豆芽菜+韭菜-炒 8:2	地瓜綜合圓 地瓜+綜合圓		8.7	2.7	2.5	2.8 851
17	五	白飯 白米	茶香滷蛋 雞蛋(X1)+米血糕-滷	鹹豬肉花椰 花椰菜+豬肉+鹹豬肉-炒 6:3:1	咖哩薯塊 洋芋+紅蘿蔔+咖哩-煮 7:3	酸辣湯 豆腐+筍+雞蛋-煮	豆奶	8.8	2.6	2.4	2.8 848
20	一	胚芽飯 白米+胚芽米	椒麻雞球 雞肉+時蔬-炒 7:3	魷魚小炒 豆干+豬肉+魷魚+時蔬-炒 6:2:1:1	蒜味高麗 高麗菜+時蔬-炒 7:3	綠豆西米露 綠豆+西谷米		8.6	2.7	2.4	2.8 842
21	二	白飯 白米	麻油魚丁 魚肉+金針菇+枸杞+麻油-煮 7:3	香菇蒸蛋 雞蛋+香菇-蒸 8:2	木須花椰 花椰菜+木耳-炒 7:3	味噌湯 洋蔥+海帶芽+味噌		8.6	2.7	2.5	2.8 844
22	三	青醬螺旋燴麵 螺旋麵+時蔬+豬肉+起司+青醬	嫩汁雞肉捲 雞肉捲(X1)-烤	安平蝦捲X2 海苔馬鈴薯餅 蝦捲(X2)+馬鈴薯餅+海苔-烤	芋香玉米 玉米+芋頭+蒜-炒 7:2:1	羅宋湯 時蔬+番茄		8.8	2.6	2.4	2.8 848
23	四	白飯 白米	窯燒豬肋排 豬肋排(X1)-燒	韓式部隊鍋 白菜+豬肉+年糕+泡菜+泡麵-煮 6:2:1:1	鮮菇炒筍 筍+蒜-炒 7:3	蛋花湯 青菜+雞蛋		8.6	2.7	2.4	2.8 842
24	五	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	燒烤醬拌雞 雞肉+豆干-炒 7:3	菜脯蛋 雞蛋+菜脯-炒 8:2	蠔油寬粉 寬粉+高麗菜+豬肉+時蔬-煮 6:2:1:1	白菜凍腐湯 大白菜+凍豆腐		8.9	2.6	2.3	2.7 857
27	一	白飯 白米	打拋肉片 豬肉+鮑菇+番茄+九層塔-煮 6:2:2	蔥燒油豆腐 油豆腐+木耳+蔥-燒	炒豆芽菜 豆芽菜+時蔬-炒 8:2	南瓜濃湯 南瓜+洋芋+雞蛋-煮		8.8	2.7	2.4	2.8 856
28	二	薏仁飯 白米+洋薏仁	蔥油雞排 雞排(X1)-煮	豚片高麗 高麗菜+豬肉+木耳-炒 7:3	螞蟻上樹 冬粉+豬肉+時蔬-煮 7:2:1	蘿蔔排骨湯 蘿蔔+湯排		8.6	2.7	2.5	2.8 840
29	三	日式和風炒烏龍 麵+時蔬+豬肉+鰹魚	炸魚塊X3 魚塊(X3)-炸	海山醬燒雞 小黃瓜+雞肉+海山醬-煮 7:3	蒜炒洋芋 洋芋+時蔬-炒 7:3	肉骨茶湯 結頭菜+湯排		8.6	2.6	2.5	2.8 837
30	四	紫米飯 白米+紫米	蜜汁雞球 雞肉+芋頭+芝麻-燒 7:3	肉臊干丁 豆干+豬肉+毛豆-炒 7:2:1	白菜滷 白菜+紅蘿蔔-煮 7:3	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		8.8	2.7	2.3	2.8 853

☆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：鮪魚、水鯊魚、鬼頭刀、旗魚☆