

久翔 111年 6月 菜 單 大 商 國 中

4/8 開 立

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	備註	全日供應	午市供應	晚市供應	熱食
1	三	西西里肉醬麵 麵+豬肉+番茄+時蔬	嫩汁豬排 豬排(X1)-燒	蜜烤地瓜薯條 地瓜切條-烤	炒花椰菜 花椰菜+時蔬-炒 8:2	小魚豆腐湯 豆腐+青菜+小魚		6.6	2.6	2.4	0.825
2	四	白飯 白米	巴斯克燉雞 雞肉+番茄-煮 7:3	三鮮甜條 筍+豬肉+甜不辣-炒 6:2:2	蒜味甘藍 高麗菜+紅蘿蔔-炒 8:2	玉米濃湯 玉米+雞蛋-烹		6.6	2.5	2.3	0.813
3	五	端午節連假，放假三天									
6	一	小米飯 白米+小米	薑汁燒肉 豬肉+洋蔥-煮 7:3	麻婆豆腐 豆腐+豬肉-煮 8:2	鮮菇時瓜 時瓜+菇-煮 8:2	波霸奶茶 珍珠+奶粉+紅茶		6.5	2.5	2.5	0.813
7	二	白飯 白米	爆炒三杯雞 雞肉+米血-炒 8:4	西魯肉 大白菜+豬肉+菇-煮 6:3:1	毛豆洋芋 洋芋+毛豆仁-炒 9:1	竹筍湯 筍+菇		6.6	2.6	2.5	0.839
8	三	蘑菇鐵板麵 麵+豬肉+菇+時蔬	燒里肌肉排 豬排(X1)-燒	黑干貢丸滷味 黑豆干+貢丸-滷 8:2	蝦香絲瓜 絲瓜+時蔬+蝦米-煮 8:2	榨菜肉絲湯 榨菜+豬肉		6.6	2.5	2.5	0.822
9	四	白飯 白米	嫩炸雞翅 雞翅(X1)-炸	蠔油香拌肉 筍+豬肉+鮑菇-炒 6:3:1	螞蟻上樹 冬菇+高麗菜+豬肉-煮 7:2:1	味噌豆腐湯 豆腐+海帶芽		6.4	2.5	2.5	0.808
10	五	蕎麥飯 白米+蕎麥	壽喜豆腐魚 魚肉+豆腐-煮 6:4	南瓜肉醬 南瓜+洋芋+豬肉+洋蔥-煮 6:2:1	炒青木瓜 青木瓜+時蔬-炒 8:2	巧達濃湯 洋芋+時蔬-烹		6.4	2.4	2.4	0.808
13	一	白飯 白米	乾鍋燒雞 雞肉+豆干+時蔬-煮 7:2:1	夜市椒鹽排骨酥 豬肉+地瓜-炸 6:4	韭香銀芽 豆芽菜+韭菜+時蔬-炒 7:2:1	綠豆QQ飲 QQ+綠豆		6.4	2.5	2.4	0.804
14	二	胚芽飯 白米+胚芽米	古早味扣肉排 扣肉排(X1)-煮	茶碗蒸 雞蛋+三色豆-蒸 8:2	脆炒豆薯 豆薯+時蔬-炒 8:2	酸辣清湯 豆腐+筍+木耳		6.5	2.5	2.3	0.805
15	三	滷肉飯 白米+豬肉	蠔油雞排 雞排(X1)-煮	鍋貼 鍋貼(X2)-烤	雙色花椰 花椰菜+紅蘿蔔-炒 8:2	玉米排骨湯 玉米+湯排		6.4	2.6	2.6	0.815
16	四	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	燒魚煲 魚肉+冬瓜+豆皮-煮 6:3:1	海山醬甜不辣 甜不辣(X1)-煮	肉絲結菜 豬頭菜+豬肉+時蔬-炒 7:2:1	髮菜羹湯 白菜+髮菜-烹		6.5	2.5	2.4	0.810
17	五	白飯 白米	避風塘炒雞 雞肉+櫻花蝦+芝麻-炒	鮮筍炒肉 筍+豬肉-炒 8:2	紅片高麗 高麗菜+紅蘿蔔-煮 8:2	黃瓜雞湯 黃瓜+雞骨		6.5	2.6	2.4	0.818
20	一	地瓜飯 白米+地瓜	客家燜肉 豬肉+筍+梅干菜-煮 6:3:1	黃金麥克雞 麥克雞塊(X2)-烤	豆簽絲瓜 絲瓜+豆簽-煮 7:3	蔬菜肉片湯 黃豆芽+豬肉		6.4	2.5	2.4	0.813
21	二	白飯 白米	炸魚排 魚排(X1)-炸	腰果玉米豬 玉米+豬肉+腰果-炒 8:2	燉白菜 白菜+木耳-煮 8:2	紅豆麥片湯 紅豆+麥片		6.5	2.5	2.3	0.805
22	三	肉絲炒飯 白米+豬肉+時蔬	涮嘴滷大排 豬排(X1)-滷	照燒凍腐 凍豆腐+金針菇-煮 7:3	清炒筍片 筍+時蔬-炒 8:2	南瓜濃湯 南瓜+雞蛋-烹		6.4	2.5	2.5	0.808
23	四	白飯 白米	韓醬翅小腿 翅小腿(X2)-燒	拌飯香干肉臊 豆薯+豆干+豬肉+雞蛋-滷 6:2:1:1	脆炒時瓜 時瓜+時蔬-炒 8:2	山藥薏仁湯 山藥+洋薏仁		6.5	2.4	2.5	0.805
24	五	燕麥飯 白米+燕麥	番茄打拋干丁 豆干+洋蔥+番茄-煮 7:2:1	金沙結菜 結菜+鹹蛋-炒 8:2	蠔油粉絲 冬菇+高麗菜+豬肉-煮 7:2:1	香菇雞湯 雞骨+菇-煮		6.5	2.5	2.4	0.822
27	一	白飯 白米	左宗棠雞 雞肉+鮑菇+紅蘿蔔-煮 6:3:1	京醬肉絲 豆干+豬肉+洋蔥-煮 7:2:1	蒜味金玉 玉米+紅蘿蔔-煮 8:2	羅宋湯 豆薯+番茄		6.5	2.6	2.5	0.818
28	二	五穀飯 白米+五穀米	豆瓣魚 魚肉+豆腐+豆瓣醬-煮 6:4	豬肉炒甘藍 高麗菜+豬肉-炒 7:3	木須炒瓜 時瓜+木耳-煮 8:2	味噌海芽湯 黃豆芽+海帶芽	水果	6.5	2.4	2.4	0.803
29	三	蒜香義式燻麵 麵+豬肉+時蔬	菲力雞排 菲力雞排(X1)-燒	丁香海味 海帶絲+丁香魚-煮 8:2	黑椒洋芋 南瓜+雞蛋+A40:H43	針菇排骨湯 金針菇+湯排		6.4	2.5	2.3	0.804
30	四	麥片飯 白米+麥片	和風南瓜燉肉 豬肉+南瓜-煮 6:4	粉絲豆腐煲 豆腐+冬菇+豬肉-煮 6:3:1	紅娘鮮筍 筍+紅蘿蔔-炒 8:2	肉骨茶湯 高麗菜+豆皮		6.5	2.5	2.6	0.815

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆