

# 裕民田精緻午餐



武漢國中  
110年4月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜	湯品	全數 雞類 (份)	全數 蛋類 (份)	全數 魚類 (份)	全數 肉類 (份)	全數 其他 (份)		
★ 4/1	四	白米飯	<b>夜市鹹酥雞</b> 雞丁、九層塔/炸	開陽瓠瓜 瓠瓜、蝦皮/煮	絞肉油豆腐 絞肉、油豆腐、毛豆/煮	有機 蔬菜	三絲滑蛋湯 鴨絲、蛋、木耳、紅蘿蔔、肉絲	6 4	3 0	2 0	3 0	8 8
★ 4/2	五	4/2(五)補休一日										
★ 4/5	一	4/5(一)補休一日										
★ 4/6	二	紫米香飯	<b>照燒里肌排</b> 豬排/燒	秀珍白玉煮 蘿蔔、秀珍菇/煮	客家小炒 干片、肉絲、蔥/燒	有機 蔬菜	白菜肉片湯 白菜、肉片	6 4	2 7	2 2	2 8	3 2
★ 4/7	三	海苔香壽飯	<b>五香雞腿排</b> 雞腿排/燒	香樟柳條 雞柳/炸	鮮菇花椰菜 花椰菜、鮮菇/炒	季節 蔬菜	<b>綠豆薏仁</b> 綠豆、薏仁	6 8	2 5	2 1	2 8	2 2
★ 4/8	四	白米飯	<b>古早味焗肉</b> 肉丁、蘿蔔/煮	杏菇薯塊 洋芋、杏菇、紅蘿蔔/煮	椒鹽百頁 百頁/燒	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米、蛋、紅蘿蔔	6 5	2 0	2 0	3 0	8 9
★ 4/9	五	糙米飯	<b>薄皮酥香雞翅</b> 雞翅/炸	洋蔥乳酪蛋 蛋、洋蔥、紅蘿蔔、乳酪/煮	芹香三絲 芹、肉絲、海帶絲、白干絲/炒	有機 蔬菜	番茄羅宋湯 番茄、蔬菜、蛋、豬肉片	5 7	2 2	2 0	3 0	8 8
★ 4/12	一	白米飯	<b>鐵板洋蔥肉絲</b> 肉絲、洋蔥/炒	金黃燒雞茸 雞茸、玉米、毛豆仁/燒	豆醬桂筍 桂筍、豆醬/煮	產銷 履歷 蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜、肉絲	6 6	2 7	2 0	3 0	8 0
★ 4/13	二	麥片Q飯	<b>日式咖哩雞</b> 雞丁、洋芋/煮	結頭菜肉片 結頭菜、肉片/煮	髮菜肉丸子 白菜、髮菜、豬肉丸	有機 蔬菜	味噌海芽湯 豆腐、味噌、海芽	6 4	2 8	2 2	2 8	8 9
★ 4/14	三	肉絲炒飯	<b>黃金炸魚排</b> 鱈魚/炸	大桶滷味 四分干、大黑豆干/滷	和風關東煮 蘿蔔、玉米團/煮	季節 蔬菜	<b>鮮芋圓仙草</b> 仙草汁、芋圓	6 6	2 6	2 0	3 0	8 7
★ 4/15	四	小米飯	<b>鹽燒翅小腿*2</b> 翅小腿/燒	鮮炒花椰 花椰、紅蘿蔔/炒	麻婆豆腐 絞肉、豆腐、毛豆/燒	有機 蔬菜	淡水豬肉湯 蘿蔔、豬肉	6 4	2 6	2 1	2 8	8 2
★ 4/16	五	白米飯	<b>泡菜燒肉</b> 肉片、泡菜、豆腐/燒	芋香白菜滷 大白菜、芋頭、木耳、蛋/煮	肉燥滷蛋 蛋、絞肉/滷	有機 蔬菜	鮮菇黃瓜湯 鮮菇、大黃瓜、肉片	6 4	2 5	2 1	2 8	8 4
★ 4/19	一	蕎麥米飯	<b>脆皮香雞排</b> 雞排/炸	沙茶白玉米糕 蘿蔔、紅蘿蔔、米血糕/煮	玉米燒絞肉 玉米、絞肉/炒	產銷 履歷 蔬菜	火鍋菇湯 高麗菜、香菇、金針菇、肉片	6 6	2 4	2 2	3 0	8 2
★ 4/20	二	白米飯	<b>和風里肌</b> 豬排/燒	韭菜炒豆芽 豆芽、韭菜/炒	蒜泥脆皮豆腐 蒜、豆腐/燒	有機 蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜、肉片	6 4	2 6	2 2	2 8	8 4
★ 4/21	三	義大利麵	<b>BBQ嫩雞腿</b> 雞腿/滷	豆沙包 豆沙包/蒸	起司番茄肉醬 番茄、絞肉、起司、紅蘿蔔/煮	季節 蔬菜	<b>粉圓烤切</b> 粉圓、奶粉、茶包	6 7	2 0	2 0	2 8	8 2
★ 4/22	四	薏仁飯	<b>茄汁洋芋燉肉</b> 肉丁、洋芋、紅蘿蔔/燉	地瓜條酥雞塊 地瓜條、雞塊/炸	鮮菇刺瓜 刺瓜、鮮菇/煮	有機 蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、玉米、蛋	6 6	2 2	2 0	3 7	8 4
★ 4/23	五	白米飯	<b>塔香蒜子雞丁</b> 雞肉、米血、蒜、九層塔/燒	什錦粉絲煲 蔬菜、絞肉、冬粉、蔥/炒	小瓜竹筍肉絲 小黃瓜、竹筍、肉絲/燒	有機 蔬菜	韓式昆布湯 黃豆芽、昆布、肉片	6 5	2 5	2 3	2 8	8 6
★ 4/26	一	燕麥Q飯	<b>香脆三節翅</b> 雞翅/炸	蛋酥香菇白菜 大白菜、香菇、蝦皮、蛋/煮	百頁海帶 百頁、海帶/滷	產銷 履歷 蔬菜	瓠瓜肉片湯 瓠瓜、肉片	6 4	2 5	2 1	3 0	8 3
★ 4/27	二	白米飯	<b>薑母鴨</b> 雞丁、高麗菜、薑/煮	菇燴佛手瓜 佛手瓜、菇/燴	咖哩馬鈴薯 洋芋、紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜	港式酸辣湯 豆腐、筍絲、木耳絲	6 8	2 4	2 1	2 8	8 3
★ 4/28	三	鐵板麵	<b>義式雞腿嫩排</b> 雞腿排/燒	流沙奶金包 奶黃包/蒸	肉絲花椰 花椰菜、紅蘿蔔、肉絲/炒	季節 蔬菜	<b>紅豆湯</b> 紅豆、QQ	6 7	2 6	2 0	2 8	8 0
★ 4/29	四	地瓜絲飯	<b>醬爆魚塊</b> 鯧魚丁、洋蔥、蔥/燒	香菇扁蒲 扁蒲、香菇/煮	香甜玉米餅 玉米餅/炸	有機 蔬菜	柴魚豆腐湯 柴魚、豆腐、味噌	6 6	2 5	2 0	2 5	8 5
★ 4/30	五	白米飯	<b>香菇雞丁</b> 雞丁、香菇、蘿蔔/煮	紅燒獅子頭 蔬菜、海芽、獅子頭/煮	枸杞冬瓜燒 枸杞、冬瓜、絞肉/燒	有機 蔬菜	巧達濃湯 起司、玉米、蛋	6 6	2 8	2 1	2 8	8 1
★		白米飯 (蔬食日)	<b>醬爆大嫩豆腐煲</b> 豆腐、蔥/燒	紅燒獅子頭 蔬菜、海芽、獅子頭/煮	枸杞冬瓜燒 枸杞、冬瓜、絞肉/燒	有機 蔬菜	巧達濃湯 起司、玉米、蛋	6 6	2 8	2 1	2 8	8 5

★ 標示為三章-0申請日 / 營養師 李佳芸

\*全面使用非基改黃豆製品及玉米

\*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。

\*週一供應產銷履歷蔬菜

\*週二四五供應有機蔬菜



裕民田食品股份有限公司  
HACCP 食品認證中央廚房餐盒工廠

服務專線 03-368-1899  
桃園市八德區瑞源一街11號





# 津味優質午餐



武漢國中

110年4月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	青菜	湯品	全日 雞 蛋 (個)	豆 腐 (份)	綠 豆 (份)	油 脂 (份)	熱 量 (Kcal)
4/1	四	麥片Q飯	蜜汁烤雞排 <small>雞排/燒</small>	紅娘炒蛋 <small>紅蘿蔔、蛋/炒</small>	義式莎莎肉醬 <small>洋芋、豬肉、洋蔥/煮</small>	產銷履歷蔬菜 <b>紫魚味噌湯</b> <small>紫魚、味噌、豆腐</small>	6.2	3	2.3	2.7	838
4/4-4-7 兒童節 & 清明連假											
4/6	二	白飯	迷迭香里肌 <small>豬肉/燒</small>	毛豆燒豆干 <small>毛豆、非基改四分干、海結/煮</small>	砂鍋佛跳牆 <small>大白菜、蛋、蝦皮/煮</small>	有機蔬菜 <b>貴族濃湯</b> <small>非基改玉米、豆</small>	6.2	3	2.5	2.6	839
4/7	三	中式炸醬麵	卡拉香雞排 <small>雞肉/炸</small>	日式小火鍋 <small>蘿蔔、虱目魚丸/煮</small>	肉絲花椰 <small>花椰菜、豬肉/炒</small>	季節蔬菜 <b>紅豆湯</b> <small>紅豆</small>	6.3	2.7	2.5	3	901
4/8	四	小米蒸飯	荷香焗肉 <small>裡、豬肉/滷</small>	鮮瓜雞柳 <small>大黃瓜、雞柳/煮</small>	香蔥菜脯蛋 <small>蔥、菜脯、蛋/炒</small>	有機蔬菜 <b>佳菇肉片湯</b> <small>秀珍菇、金針菇、豬肉</small>	6	3	2.5	2.8	834
4/9	五	白飯	椰香咖哩雞 <small>雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔/煮</small>	雞塊+鍋貼 <small>雞塊、鍋貼/炸</small>	傳奇麻辣燙 <small>高麗菜、非基改百頁、金針菇、杏鮑菇/滷</small>	有機蔬菜 <b>冬瓜肉片湯</b> <small>冬瓜、豬肉</small>	6.5	2.7	2	2.8	834
4/12	一	白飯	三杯魚塊 <small>九層塔、魚丁/燒</small>	茶碗蒸 <small>蛋、非基改玉米/蒸</small>	沙茶粉絲煲 <small>冬粉、時蔬/炒</small>	產銷履歷蔬菜 <b>酸菜肉片湯</b> <small>鴻菜、豬肉</small>	6.5	2.8	2	2.6	832
4/13	二	五穀米飯	紅棗土窯雞 <small>雞肉、紅棗/燒</small>	客家小炒 <small>豆干片、豬肉/炒</small>	大瓜鮮菇 <small>大瓜、菇/煮</small>	有機蔬菜 <b>羅宋湯</b> <small>番茄、洋芋、豬肉</small>	6	3	2.5	2.8	834
4/14	三	古早味油飯	日式炸豬排 <small>豬排/炸</small>	宮保銀芽 <small>豆芽菜/炒</small>	阿伯黑豆干 <small>海帶、非基改黑豆干/滷</small>	季節蔬菜 <b>阿薩姆QQ</b> <small>粉圓、茶包、奶粉</small>	6.3	3	2.5	3	864
4/15	四	白飯	蜜汁雞翅 <small>雞翅/燒</small>	法式白醬 <small>馬鈴薯、紅蘿蔔/煮</small>	肉苜甘藍菜 <small>甘藍菜、豬肉/炒</small>	有機蔬菜 <b>海芽蛋花湯</b> <small>海芽、蛋</small>	6.5	2.5	2.5	2.5	818
4/16	五	地瓜白飯	麻油雞 <small>雞肉、米血/煮</small>	白菜滷 <small>白菜、香菇、蛋/煮</small>	1枝枝丸線 <small>生煎包/煎</small>	有機蔬菜 <b>港式酸辣湯</b> <small>筍絲、非基改豆腐、紅蘿蔔</small>	6.5	2.5	2.5	2.7	827
4/19	一	海苔香鬆飯	韓式泡菜燒雞 <small>雞肉、泡菜/燒</small>	和風關東煮 <small>蘿蔔、香菇/煮</small>	家常油豆腐 <small>非基改油豆腐、豬肉/燒</small>	產銷履歷蔬菜 <b>黃瓜肉片湯</b> <small>黃瓜、豬肉</small>	6	3	2.5	2.7	829
4/20	二	白飯	糖醋排骨 <small>豬肉/燒</small>	小瓜雞絲 <small>小黃瓜、雞絲/炒</small>	布丁蒸蛋 <small>蛋/蒸</small>	有機蔬菜 <b>日式味噌湯</b> <small>小魚干、味噌、豆腐</small>	6.2	3	2.5	2.7	843
4/21	三	奶香義大利麵	津丸鹽酥雞 <small>雞肉/炸</small>	鮮菇花椰 <small>鮮菇、花椰菜/炒</small>	奶黃流沙包 <small>奶皇包/蒸</small>	季節蔬菜 <b>綠豆湯</b> <small>綠豆</small>	6.5	2.5	2.2	3	893
4/22	四	糙米Q飯	香噴噴薑母鴨 <small>鴨肉/煮</small>	泰式蔬菜粉絲 <small>冬粉、時蔬/炒</small>	紅燒獅子頭 <small>獅子頭/燒</small>	有機蔬菜 <b>玉米濃湯</b> <small>非基改玉米、蛋</small>	6.5	2.8	2	3	850
4/23	五	白飯	鐵板豬排 <small>豬排/燒</small>	蛋酥扁蒲 <small>蝦皮、扁蒲、蛋/煮</small>	南洋咖哩洋芋 <small>洋芋、紅蘿蔔/煮</small>	有機蔬菜 <b>三絲湯</b> <small>涼薯、金針菇、豬肉</small>	6.5	2.5	2.5	2.6	822
4/26	一	芝麻飯	六指辣味雞翅 <small>雞翅/燒</small>	番茄炒蛋 <small>番茄、蛋/炒</small>	瓜瓜肉燥 <small>碎瓜、豬肉、麵筋/煮</small>	產銷履歷蔬菜 <b>冬瓜雞湯</b> <small>冬瓜、雞肉</small>	6	3	2	2.8	821
4/27	二	白飯	拿波里燉肉 <small>豬肉、洋芋/燉</small>	奶香白菜 <small>大白菜/煮</small>	海帶燉豆干 <small>海帶、非基改豆干/燉</small>	有機蔬菜 <b>香菇肉羹湯</b> <small>鮮菇、肉羹</small>	6.2	3	2.5	2.5	834
4/28	三	招牌炒飯	脆皮黃金雞排 <small>雞肉/炸</small>	回鍋高麗菜 <small>高麗菜、非基改干片/炒</small>	傳家滷味燙 <small>杏鮑菇、黑輪、涼薯/滷</small>	季節蔬菜 <b>冬瓜山粉圓</b> <small>冬瓜茶、山粉圓</small>	6.5	3	2	3	865
4/29	一	白飯	糖醋魚丁 <small>魚丁/燒</small>	馬鈴薯燒 <small>馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥/煮</small>	什錦三鮮 <small>滷味絲、非基改白干絲、芹菜/炒</small>	吉園圃蔬菜 <b>木瓜肉絲湯</b> <small>木瓜、肉絲</small>	6.5	2.8	2.5	2.5	833
4/30	二	小薏仁白飯	蔥燒雞 <small>雞肉/炒</small>	珍珠肉苜 <small>非基改玉米粒、豬肉/炒</small>	海鮮卷 <small>海鮮卷/炸</small>	有機蔬菜 <b>蘿蔔肉片湯</b> <small>蘿蔔、豬肉</small>	6.5	2.5	2.5	2.7	827

★本廠食材來源一律使用「國產豬肉」，產地：台灣。

▽全面使用非基改黃豆製品及玉米。▽每週一供應產銷履歷蔬菜、每週二、四、五供應有機蔬菜。

營養師：呂如蘋 營養字第3594號