

裕民田精緻午餐



武漢國中
112年12月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜	湯品	全蛋 雞腿 (份)	五香 豆腐 (份)	鮮菇 (份)	油麵 菜類 (份)	熱量 (kcal)				
★ 12/1	五	胚芽米飯	壽喜燒肉片 肉片, 豆芽/炒	味噌油豆腐 毛豆, 油豆腐/煮	玉米蘿蔔煮 蘿蔔, 紅蘿蔔, 玉米圈/煮	有機 蔬菜			紫菜蛋花湯 紫菜, 蛋	6 .4	2 .7	2 .7	2 .7	8 2 5
		胚芽米飯 (蔬食日)	壽喜燒豬肉 肉片, 豆芽/炒	味噌油豆腐 毛豆, 油豆腐/煮	玉米蘿蔔煮 蘿蔔, 紅蘿蔔, 玉米圈/煮	有機 蔬菜				紫菜蛋花湯 紫菜, 蛋	6 .4	2 .7	2 .1	2 .7
★ 12/4	一	白米飯	酸甜海鮮大排 海鮮排/燒	瓜仔肉燥 絞肉, 干丁, 瓜仔/煮	韭菜炒銀芽 豆芽, 韭菜, 紅蘿蔔/炒	產銷 履歷 蔬菜			蔬菜總匯湯 番茄, 金針菇, 高麗菜, 肉片	6 .2	2 .7	2 .1	2 .9	8 2 0
★ 12/5	二	蕎麥飯	韓式豬肉鍋 高麗, 泡菜, 肉片, 金針菇/煮	木耳黃瓜煮 黃瓜, 木耳/煮	日式蒸蛋 紅蘿蔔, 蔥, 蛋/蒸	有機 蔬菜			枕瓜肉片湯 枕瓜, 大蝦仁, 肉片	6 .3	2 .7	2 .4	2 .6	8 2 1
★ 12/6	三	羅勒麵	涮嘴雞腿排 雞腿排/燒	彩繪花椰 花椰, 紅蘿蔔/炒	奶香杏菇煲 杏菇, 馬鈴薯, 洋葱/燒	季節 蔬菜			綠豆湯 綠豆	6 .7	2 .3	2 .0	2 .7	8 1 3
★ 12/7	四	白米飯	萬巒滷焢肉 肉丁, 蔥/滷	蒜炒高麗 蒜, 高麗/炒	麥香雞堡 雞堡/炸	有機 蔬菜			酸辣湯 筍絲, 豆腐, 木耳, 紅蘿蔔	6 .2	2 .6	2 .2	2 .8	8 1 0
★ 12/8	五	糙米飯	麻油雞 雞丁, 豆干, 薑, 高麗菜/燒	蘿蔔肉羹 蘿蔔, 肉羹/煮	濃香咖哩洋芋 洋芋, 紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜			和風豆腐湯 豆腐, 味噌, 海苔	6 .7	2 .7	2 .0	2 .7	8 4 3
★ 12/11	一	白米飯	醬燒魚丁 魚丁, 洋葱/燒	玉米毛豆 玉米, 毛豆, 馬鈴薯/煮	麻辣燙 高麗, 豆皮, 油腐, 金針菇/煮	產銷 履歷 蔬菜			結頭菜豬肉湯 結頭菜, 豬肉	6 .4	2 .7	2 .2	2 .7	8 2 7
★ 12/12	二	薏仁飯	吮指小翅腿 雞小翅/燒	麻婆豆腐 豆腐, 絞肉, 蔥/燒	燴海丸子 福州丸, 大白菜/煮	有機 蔬菜			海芽濃湯 海芽, 蛋	6 .3	2 .8	2 .1	2 .6	8 2 1
★ 12/13	三	主廚拌飯	日式炸豬排 豬排/炸	海帶拌干絲 海帶絲, 白干絲, 紅絲/拌	菇菇瓠瓜 鮮菇, 瓠瓜, 紅蘿蔔/煮	季節 蔬菜			燒仙草 仙草汁, 蜜豆, 綠豆	6 .4	2 .8	1 .9	2 .9	8 3 6
★ 12/14	四	白米飯	塔香三杯雞丁 雞丁, 九層塔, 豆干/燒	筍香肉片 筍, 肉片/煮	黃金乳酪炒蛋 乳酪, 蛋, 紅蘿蔔, 洋葱/炒	有機 蔬菜			蘿蔔豬肉湯 蘿蔔, 豬肉	6 .3	2 .7	2 .2	2 .8	8 2 5
★ 12/15	五	燕麥飯	洋芋燻肉 肉丁, 洋芋, 紅蘿蔔/煮	鍋貼煎 鍋貼/煎	鹹水時蔬 高麗菜, 木耳, 豌豆/燙	有機 蔬菜			金針花豬肉湯 金針花, 肉片	6 .7	2 .6	1 .9	2 .8	8 3 8
★ 12/18	一	白米飯	秘製香香雞 雞肉/炸	泰式打拋豬 絞肉, 干丁, 九層塔, 番茄/煮	白菜滷 大白菜, 紅蘿蔔, 木耳/煮	產銷 履歷 蔬菜			冬瓜湯 冬瓜, 薑, 蒜肉	6 .2	2 .6	1 .9	2 .9	8 0 7
★ 12/19	二	麥片0飯	正宗回鍋肉 肉片, 豆干, 高麗菜/燒	刺瓜燴肉片 刺瓜, 肉片/煮	芹炒黑輪 黑輪, 芹/炒	有機 蔬菜			豆薯雞湯 豆薯, 雞丁	6 .3	2 .8	2 .2	2 .7	8 2 8
★ 12/20	三	義大利麵	檸檬香雞翅 雞翅/燒	濃郁起司肉醬 絞肉, 番茄, 洋葱, 起司, 玉米/煮	黑椒銀芽 黑胡椒, 豆芽, 韭菜/炒	季節 蔬菜			紅豆湯 紅豆	6 .5	2 .6	1 .9	2 .7	8 1 9
★ 12/21	四	白米飯	蒜味里肌 里肌排, 蒜/燒	和風白玉煮 蘿蔔, 紅蘿蔔, 海苔/煮	韓式部隊鍋 高麗, 泡菜, 肉片, 油條, 金針菇/煮	有機 蔬菜			玉米濃湯 玉米, 蛋	6 .5	2 .7	2 .2	2 .7	8 3 4
★ 12/22	五	小米香飯	下飯咖哩雞 雞丁, 洋芋, 紅蘿蔔/煮	紅片花椰 蒜, 花椰菜, 紅蘿蔔/炒	香燒海鮮捲 海鮮捲/燒	有機 蔬菜			冬至鹹湯圓 湯圓, 肉餡, 香菇絲	6 .8	2 .6	1 .9	2 .5	8 3 1
★ 12/25	一	白米飯	蔥爆肉絲 肉絲, 洋葱, 蔥/炒	麻辣凍腐煲 凍豆腐, 金針菇, 高麗菜/煮	敏豆甜不辣 敏豆, 甜不辣/炒	產銷 履歷 蔬菜			暖暖肉骨茶 雞腿, 肉骨茶包, 豬肉	6 .5	2 .7	2 .1	2 .8	8 3 6
★ 12/26	二	胚芽飯	鮑菇黃燜雞 雞丁, 杏鮑菇, 蔥, 洋芋/燒	蔬菜冬粉 高麗, 冬粉, 絞肉, 木耳, 紅蘿蔔/炒	番茄燴蛋 番茄, 洋葱, 蛋/燒	有機 蔬菜			筍香豬肉湯 筍, 豬肉	6 .4	2 .7	2 .0	2 .9	8 3 1
★ 12/27	三	豬肉乾拌麵	糖醋魚 魚丁/燒	結頭菜燒肉 結頭菜, 肉片/燒	滷味拼盤 豆干, 素雞/滷	季節 蔬菜			珍珠地瓜湯 地瓜, 珍珠	6 .5	2 .9	1 .9	2 .7	8 4 2
★ 12/28	四	海苔 香鬆飯	香酥脆雞腿 雞腿/炸	枸杞冬瓜燒 枸杞, 冬瓜, 絞肉/燒	鮮味蒲瓜 蒲瓜, 紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜			三絲羹湯 蘿蔔絲, 木耳絲, 紅絲, 肉羹	6 .2	2 .6	2 .2	2 .7	8 0 6
★ 12/29	五	薏仁飯	油腐蠔油雞 雞丁, 油腐, 鮮菇/燒	蝦香高麗 高麗, 紅絲, 蝦皮/炒	香酥玉米餅 玉米餅/烤	有機 蔬菜			日式豆醬湯 豆腐, 味噌	6 .5	2 .6	1 .9	2 .8	8 2 4

★ 標示為三章—0申請日 / 營養師 林芊蕙

*週一供應產銷履歷蔬菜

*全面使用非基改黃豆製品及玉米

*週二四五供應有機蔬菜

*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。



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 112年12月菜單



日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	備註	價格
12/1	五	白飯	香菇瓜仔雞 C雞肉, Q香菇, 瓜仔/塊	芹香甜條 Q芹菜, C甜不辣/炒	開陽扁蒲 蝦皮, Q扁蒲/炒	白玉肉片湯 Q雞蛋, C豬肉	6.5 2.5 2.7 819
12/1	五	白飯 (蔬食日)	瓜仔干丁肉末 瓜仔, 非基改豆干, C豬肉/塊	芹香甜條 Q芹菜, C甜不辣/炒	開陽扁蒲 蝦皮, Q扁蒲/炒	白玉肉片湯 Q雞蛋, C豬肉	6.5 2.3 2.7 804
12/4	一	白飯	橙汁里肌排 C豬肉/塊	芙蓉蒸蛋 Q雞蛋, Q紅蘿蔔, 蔥/蒸	川味肉茸豆腐 C豬肉, 非基改豆腐/塊	大瓜雞肉湯 Q大南瓜, C雞肉	6.3 2.2 2.5 808
12/5	二	白飯	天使雞腿排 C雞肉/塊	雙色花椰 C花椰菜, C豬肉/炒	塔香香菇素肚 九層塔, Q香菇, 素肚	肉羹湯 脆筋絲, C肉羹, Q雞蛋	6.3 2.2 2.7 822
12/6	三	招牌炒飯	卡滋雞米花 C雞肉/炸	客家小炒 非基改豆干, C豬肉/炒	日式關東煮 Q白蘿蔔, C豬肉/煮	小薏仁撞奶 小薏仁, 奶粉, 粉圓	6.2 2.8 2.3 829
12/7	四	胚芽米飯	蘑菇醬豬柳 Q洋蔥, C豬肉/炒	雞茸洋芋 C雞肉, Q洋芋/塊	海帶三寶 海帶絲, C豬肉, Q紅蘿蔔/炒	回甘味噌湯 味噌, 非基改豆腐	6.5 2.7 2.7 829
12/8	五	小米蒸飯	檸檬雞翅 C雞翅/塊	黃豆芽鮮菇 Q黃豆芽, Q香菇/炒	番茄炒蛋 Q番茄, Q雞蛋/炒	竹筍肉絲湯 Q竹筍, C豬肉	6.3 2.3 2.7 824
12/11	一	芝麻白飯	壽喜燒肉片 C豬肉, Q洋蔥, Q甜椒/塊	酸甜醬油豆腐 非基改油豆腐/塊	台式鍋貼*2 C鍋貼/煎	貴族濃湯 Q非基改玉米, Q雞蛋	6.2 2.8 2.7 816
12/12	二	白飯	霸王薑母鴨 C鴨肉/煮	起司歐姆蛋 Q雞蛋, Q非基改玉米/炒	大白菜鮮菇 Q大白菜, Q香菇/塊	新竹貢丸湯 Q芹菜, Q雞蛋, C貢丸	6.3 2.3 2.5 815
12/13	三	蘑菇青醬麵	卡拉脆皮雞排 C雞肉/炸	冰糖滷味 C豬蹄, C雞肉, 海蜆, 杏鮑菇/燻	哈燒鮮肉包 C鮮肉包/蒸	綠豆湯 綠豆	6.5 2.8 2.3 850
12/14	四	麥片Q飯	日式咖哩雞 C雞肉, Q洋芋/煮	泰式打拋干丁 非基改豆干, C豬肉/炒	肉茸高麗 Q高麗菜, C豬肉/炒	冬瓜薏仁雞湯 Q冬瓜, C雞肉, 小薏仁	6.2 2.8 2.5 812
12/15	五	五穀米飯	三杯魚塊 C魚肉/塊	芽菜肉絲 Q豆芽, C豬肉/炒	日式茶碗蒸 Q香菇, Q雞蛋/蒸	羅宋湯 Q洋蔥, C豬肉, Q番茄, Q洋芋	6.2 2.2 2.7 807
12/18	一	白飯	糖醋咕佬雞 Q洋蔥, C雞肉/炒	沙茶肉茸豆腐 非基改豆腐, C豬肉/塊	蔬菜粉絲 Q高麗菜, Q冬菇, Q紅蘿蔔/炒	結頭菜肉片湯 Q結頭菜, C豬肉	6.5 2.8 2.7 837
12/19	二	白飯	烤肉醬豚肉 C豬肉, Q洋蔥/炒	玉米雞茸 Q非基改玉米, C雞肉/煮	一品佛跳牆 Q大白菜, Q紅蘿蔔/煮	酸辣湯 脆筋絲, 非基改豆腐, Q雞蛋, Q雞蛋	6.5 2.5 2.7 814
12/20	三	古早味滷飯	肯德脆皮雞翅 C雞肉/炸	三杯綜合滷 非基改黑豆干, 海蜆, C鴨蹄/滷	韓式高麗年糕 Q高麗菜, 年糕/炒	紅豆湯 T紅豆	6.3 3.2 3.3 856
12/21	四	小薏仁蒸飯	荀香扣肉 荀干, C豬肉/滷	香蔥紅絲蛋 Q紅蘿蔔, Q雞蛋/炒	和風小火鍋 Q雞蛋, C豬肉, Q香菇/煮	柴魚味噌湯 柴魚, 味噌, 非基改豆腐	6.5 2.8 2.7 844
12/22	五	蕎麥米飯	暖呼麻油雞 C雞肉/煮	五更豆腐煲 非基改凍豆腐, Q金針菇/煮	糖醋獅子頭 Q洋蔥, C獅子頭/塊	冬至鹹湯圓 湯圓, C豬肉, Q芹菜	6.2 2.8 2.8 820
12/25	一	海苔香鬆飯	椒麻彩椒肉片 C雞肉, Q洋芋/塊	醋溜海根 海帶根, 芝麻/炒	煎餃+甜不辣 C水餃, C甜不辣/煎	玉米濃湯 Q非基改玉米, Q雞蛋	6.5 2.8 2.8 814
12/26	二	白飯	蔥爆雞排 C雞肉/塊	傳奇麻辣燙 非基改凍豆腐, Q高麗菜, C豬肉/煮	奶香洋芋燉肉 Q洋芋, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	蔬菜菇菇湯 Q香菇, Q金針菇, C豬肉	6.5 2.8 2.7 837
12/27	三	沙茶炒麵	日式酥炸豬排 C豬肉/炸	芝麻麵腸 芝麻, 麵腸/塊	甜蜜豆沙包 C豆沙包/蒸	芋頭西米露 Q芋頭, 西米/煮	6.2 3.2 3.3 837
12/28	四	小米蒸飯	糖醋魚塊 C魚肉/塊	香蔥菜脯蛋 青蔥, 菜脯, Q雞蛋/炒	芋香白菜滷 Q大白菜, Q洋芋/煮	酸菜肉片湯 酸筍, Q豬肉	6.2 2.8 3.3 814
12/29	五	胚芽米飯	蔥爆豚肉 C豬肉, Q洋蔥/炒	雞茸扁蒲 C雞肉, 扁蒲/炒	螞蟻上樹 Q高麗菜, 冬菇, C豬肉/炒	蘿蔔雞湯 Q雞蛋, C雞肉	6.5 2.5 2.5 810

★本廠食材來源一律使用「國產豬肉」，產地：台灣。
 ◎ 全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。 ▽每週一供應產銷履歷蔬菜、每週二、四、五供應有機蔬菜。
 ◆注意：甲殼類、豆類、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品 為食品過敏原，不適合對其過敏體質者食用。