

裕民田精緻午餐



武漢國中
112年4月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜	湯品	全穀 雜糧類 (份)	豆魚 蛋肉類 (份)	蔬菜 類 (份)	油脂 類 (份)	熱量 (Kcal)		
4/3	一											
4/4	二			*彈性放假一天*兒童節&清明節放假*								
4/5	三											
★ 4/6	四	白米飯	馬鈴薯燉肉 洋芋、肉角、紅蘿蔔/煮	香燒百頁 百頁/燒	和風燒蘿蔔 蘿蔔、紅蘿蔔、玉米圓/煮	有機 蔬菜	結頭菜、豬肉	6.7	2.6	2.1	2.9	847
★ 4/7	五	紫米飯	夜市鹽酥雞 雞肉/炸	BBQ甜不辣 甜不辣、洋蔥/燒	韓式部隊鍋 高麗、泡菜、肉片/炒	有機 蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、蛋、玉米	6.7	2.6	2.1	3.0	852
★ 4/10	一	雜糧飯	紅燒扣肉 肉丁、蘿蔔、紅蘿蔔/燒	彩繪玉米 玉米、毛豆、紅蘿蔔/煮	雞堡大排 雞堡大排/烤	產銷 履歷 蔬菜	肉骨茶湯 蘿蔔、肉片、肉骨茶包	6.6	2.7	2.0	2.9	845
★ 4/11	二	白米飯	泰式石斑魚 石斑魚丁/燒	香菇肉末筍 筍、香菇、豬肉/炒	番茄炒蛋 蛋、番茄/炒	有機 蔬菜	風味海結湯 海結、豆芽	6.8	2.7	2.1	2.8	857
★ 4/12	三	紅蔥 滷肉飯	蒜香里肌排 里肌排/燒	肉燥豆干 干丁、絞肉/燒	青翠炒花椰 花椰菜/炒	季節 蔬菜	芋頭西米露 芋頭、西米露	6.6	2.8	2.0	3.0	848
★ 4/13	四	白米飯	卡拉香雞翅 雞翅/炸	濃郁咖哩洋芋 洋芋、紅蘿蔔/煮	凍豆腐焗金針 凍豆腐、金針、高麗/燒	有機 蔬菜	迪化紅麵線湯 筍絲、木耳、紅蔥、紅麵線	6.8	2.5	2.1	3.0	851
★ 4/14	五	白米飯	壽喜燒肉片 肉片、豆芽/燒	鮮菇佛手瓜 佛手瓜、鮮菇、紅蘿蔔/煮	港式蘿蔔糕 蘿蔔糕/煎	有機 蔬菜	筍香菇湯 筍片、鮮菇、雞肉	6.8	2.6	2.3	2.9	859
★ 4/17	一	海苔 香鬆飯	鹽燒小腿雞*2 雞小腿/燒	麻婆豆腐 絞肉、豆腐、蛋/炒	芋香白菜滷 大白菜、芋頭、蛋/煮	產銷 履歷 蔬菜	木瓜肉片湯 青木瓜、肉片	6.7	2.7	2.0	2.8	848
★ 4/18	二	蕙仁飯	京都炸豬排 豬排/炸	銀芽炒肉絲 豆芽、肉絲、紅蘿蔔/炒	泰式打拋豬 番茄、絞肉、干丁、九層塔/燒	有機 蔬菜	日式味噌湯 豆腐、小魚乾、海芽	6.6	2.7	2.1	3.0	852
★ 4/19	三	羅勒麵	日式照燒腿排 雞腿排/燒	奶燉洋芋塊 馬鈴薯、杏鮑菇/煮	豆沙包 豆沙包/蒸	季節 蔬菜	綠豆湯 綠豆	6.8	2.5	2.1	3.0	837
★ 4/20	四	白米飯	古早味筍香焗肉 豬肉、筍/滷	甘甜高麗菜 高麗菜、紅蘿蔔/炒	地瓜脆薯 地瓜條/炸	有機 蔬菜	香濃玉米湯 玉米、蛋、紅蘿蔔	6.7	2.7	2.3	2.9	860
★ 4/21	五	胚芽米飯	三杯塔香雞 雞丁、九層塔、米血/燒	日式茶碗蒸 蛋、筍、紅蘿蔔/蒸	醬燒海結 麵筋、海結/燒	有機 蔬菜	香菇雞湯 香菇、雞丁、蘿蔔	6.6	2.7	2.0	2.8	841
★ 4/24	一	白米飯	酸甜海鮮排 海鮮排/燒	五更豆腐煲 豆腐、木耳、金針菇/煮	蔬菜肉丸球 大白菜、肉丸球/煮	產銷 履歷 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、蛋	6.5	2.7	2.2	3.0	848
★ 4/25	二	麥片香飯	吮指炸雞腿 雞腿/炸	枸杞冬瓜肉末 冬瓜、絞肉、枸杞/燒	玉米燴蛋 紅蘿蔔、玉米、蛋/炒	有機 蔬菜	暖暖肉骨茶 蘿蔔、肉骨茶包、豬肉	6.7	2.7	2.1	2.8	850
★ 4/26	三	沁茶拌麵	蘑菇醬豬排 豬排、蘑菇/燒	可樂餅 玉米布丁飯/烤	夜市鹹水雞 時蔬、雞肉/炒	季節 蔬菜	蜜豆燒仙草 仙草、蜜豆、芋頭、QQ	6.7	2.6	2.0	3.0	845
★ 4/27	四	蕎麥飯	南洋咖哩雞 紅蘿蔔、雞丁、洋芋/炒	螞蟻上樹 冬粉、高麗菜、絞肉/炒	鮮菇胡瓜 紅蘿蔔、胡瓜、筍/煮	有機 蔬菜	港式酸辣湯 豆腐、筍絲、紅蔥、蛋	6.8	2.6	2.2	2.8	852
★ 4/28	五	白米飯	泡菜燒肉 泡菜、豬肉、高麗菜/燒	塔香鮑菇干片 豆干、杏鮑菇、九層塔/燒	彩繪花椰 花椰、紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	酸菜肉片湯 醃菜、肉片	6.5	2.7	2.3	2.8	841
★		白米飯 (蔬食日)	泡菜燒肉絲 泡菜、肉絲、高麗菜/燒	塔香鮑菇干片 豆干、杏鮑菇、九層塔/燒	彩繪花椰 花椰、紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	酸菜肉片湯 醃菜、肉片	6.5	2.7	2.3	2.8	841

★ 標示為三章-0申請日 / 營養師 林芊慧

*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
112年4月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	食量 (g)	標準 (kcal)	低脂 (kcal)	低糖 (kcal)		
4/2-4/5 兒童節/清明節連假											
4/6	四	白飯	泰式椒麻雞 C雞肉/炒	蝦香高麗 Q高麗菜,蝦皮/炒	金沙豆腐 非基改豆腐,C豬肉/燒	有機 蔬菜	6	2.8	2.3	2.7	809
4/7	五	胚芽米飯	荷香東坡肉 筍干,C豬肉/滷	★蝦捲+煎餃★ C蝦捲,C水餃/煎	紅娘炒蛋 Q紅蘿蔔,Q蛋/炒	有機 蔬菜	6	3	2.5	2.6	825
4/10	一	芝麻白飯	椰香咖哩雞 C雞肉,Q玉米,Q紅蘿蔔/煮	蔥燒黑豆干 鹽,非基改黑豆干/燻	肉茸大白菜 Q大白菜,C豬肉/炒	產銷 履歷 蔬菜	6	2.8	2.3	2.6	819
4/11	二	麥片Q飯	酸甜石斑魚 Q石斑魚/燒	蔬菜粉絲 冬粉,Q高麗菜,Q紅蘿蔔/炒	開陽扁蒲 蝦皮,Q扁蒲/炒	有機 蔬菜	水果 6.5	2.6	2.2	2.6	822
4/12	三	香蔥蛋炒飯	轟炸酥脆嫩雞 C雞肉/炸	夜市滷味 海苔,吉釐麵,C甜不辣/滷	鮮炒花椰 C花椰菜,Q紅蘿蔔/炒	季節 蔬菜	6	2.8	2.3	2.9	829
4/13	四	白飯	沙茶松坂豚肉 C豬肉,Q羊蔥/燒	芙蓉蒸蛋 Q雞蛋/蒸	彩繪玉米 Q非基改玉米糰,Q紅蘿蔔,T毛豆/炒	有機 蔬菜	6	5	2.8	2.6	832
4/14	五	小米蒸飯	宮保雞丁 C雞丁/燻	福州丸燒 C福州丸/燒	爪哇肉燥 Q洋蔥,Q洋芋,C豬肉/炒	有機 蔬菜	豆奶 6	3	2.5	2.6	825
4/17	一	海苔香鬆飯	鐵板肉柳 C豬肉,Q羊蔥/炒	鮮菇黃芽菜 Q香菇,Q黃豆芽/炒	客家小炒 非基改豆干片,C豬肉/炒	產銷 履歷 蔬菜	6	2.8	2.2	2.5	812
4/18	二	白飯	炭烤雞排 C雞肉/烤	冰糖滷味 海帶,非基改油豆腐/燻	蛋酥高麗菜 Q高麗菜,Q雞蛋/炒	有機 蔬菜	6	3	2.3	2.7	824
4/19	三	義大利麵	大阪香酥豬排 C豬排/炸	波隆那 番茄肉醬 Q番茄,Q洋蔥,C豬肉/煮	鮮肉包 C鮮肉包/蒸	季節 蔬菜	6	2.8	2.3	2.9	829
4/27	四	五穀米飯	紅棗土窯雞 紅棗,C雞肉/燒	招牌佛跳牆 Q大白菜,C豬肉/煮	咖哩洋芋 Q洋芋,Q紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜	6	5	2.5	2.5	810
4/21	五	白飯	韓式泡菜燻肉 C豬肉,Q羊蔥/燻	玉米滑蛋 Q非基改玉米,Q雞蛋/炒	蔬菜粉絲煲 Q高麗菜,冬粉,Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	6	5	2.8	2.5	828
4/24	一	芝麻白飯	羅勒三杯雞 C雞肉,Q羊蔥/炒	涼薯三絲 Q涼薯,Q紅蘿蔔,Q木耳/炒	瓜瓜肉燥 瓜仔,非基改豆干丁,C豬肉/煮	產銷 履歷 蔬菜	6	5	2.8	2.5	828
4/25	二	燕麥白飯	五味醬肉片 C豬肉,Q羊蔥/炒	肉茸高麗 Q高麗菜,C豬肉/炒	番茄炒蛋 Q番茄,Q雞蛋/炒	有機 蔬菜	6	2.8	2.3	2.6	805
4/26	三	古早味香菇拌飯	搖搖樂鹽酥雞 C雞肉,海苔粉/炸	筍香麵輪 筍干,麵輪/紅燒	芹香芽菜 Q芹菜,Q豆芽/炒	季節 蔬菜	6	2.6	2.4	3	824
4/27	四	白飯	橙汁里肌排 C豬肉/燒	開陽白菜 蝦皮,Q大白菜/炒	毛豆百頁 T毛豆,非基改百頁,海帶/燒	有機 蔬菜	6	3	2.3	2.6	820
4/28	五	小米蒸飯	鐵板燒魚丁 C魚肉/燒	沙茶白玉魷魚羹 Q白蘿蔔,C魷魚羹/煮	醋溜海絲 C海帶絲,Q紅蘿蔔,非基改白干絲/炒	有機 蔬菜	6	7	2.5	2.6	802
4/28	五	小米蒸飯 (蔬食日)	蔥燒豆包 非基改豆包/燒	沙茶白玉魷魚羹 Q白蘿蔔,C魷魚羹/煮	醋溜海絲 C海帶絲,Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	6	7	2.5	2.6	802

★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、芒果、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。

津味企業有限公司 HACCP優良廠商
地址：桃園市大溪區新光東路61巷20弄6號
服務電話：03-3881534
營養師：呂如蘋 營養字第3594號