

裕民田精緻午餐

武漢國中
112年6月菜單



日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜	湯品	全日 供應 (份)	豆 類 (份)	蛋 類 (份)	海 鮮 類 (份)	熱 量 (Kcal)	
★ 6/1	四	白米飯	塔香鹹酥魚 魚干、百頁、九層塔/炸	麻婆豆腐 蔥、豆腐/煮	彩繪花椰 花椰/炒	有機 蔬菜	6 7	2 6	2 0	3 0	8 9
★ 6/2	五	燕麥飯	泡菜燒肉 泡菜、高麗菜、豬肉/煮	丸子白玉煮 丸子、蘿蔔、紅蘿蔔/煮	海帶拌干絲 海帶絲、白干絲、紅蔥/拌	有機 蔬菜	6 5	2 8	2 2	2 8	8 6
★ 6/5	一	白米飯	卡拉脆脆雞 雞肉/炸	夜市滷味燙 豆干、素肚/滷	玉米洋芋 玉米、洋芋、毛豆/炒	產銷 履歷 蔬菜	6 8	2 6	2 1	2 8	8 0
★ 6/6	二	胚芽0飯	沙茶豬肉煲 沙茶、肉排、豆芽、紅蘿蔔/燒	蒜香炒筍 蒜、筍/炒	塔香甜不辣 九層塔、甜不辣/燒	有機 蔬菜	6 5	2 5	2 2	2 8	8 4
★ 6/7	三	義大利麵	迷迭雞腿排 雞腿排/燒	奶香杏鮑菇 杏鮑菇、洋芋/煮	貢丸地瓜薯 貢丸/燒、地瓜條/烤	零節 蔬菜	6 7	2 6	2 0	3 0	8 9
★ 6/8	四	紫米飯	黑胡椒豬排 豬排/燒	日式咖哩 紅蘿蔔、洋芋/煮	蔥燒油豆腐 油豆腐、味蔥、蔥/燒	有機 蔬菜	6 6	2 6	2 3	2 8	8 1
★ 6/9	五	白米飯	油豆腐油雞 雞丁、油豆腐、鮮菇/燒	麻辣燙 時蔬、白豆、金針菇、蔥/煮	Q嫩蒸蛋 蛋、蔥、紅蘿蔔/蒸	有機 蔬菜	6 5	2 7	2 0	3 0	8 3
★ 6/12	一	白米飯	洋芋燉肉 肉丁、洋芋、紅蘿蔔/燉	白鑽黑豆干 黑豆干、芝麻/燒	可樂餅 可樂餅/炸	產銷 履歷 蔬菜	6 6	2 7	2 0	2 8	8 1
★ 6/13	二	麥片飯	蜜燒翅小腿*2 翅小腿/燒	家常滷白菜 大白菜、蛋、香菇絲、木耳/煮	泰式打拋肉 九層塔、蕃茄、絞肉、干丁/煮	有機 蔬菜	6 5	2 7	2 2	2 8	8 9
★ 6/14	三	古早 拌飯	霹靂炸豬排 豬排/炸	玉米炒蛋 玉米、紅蘿蔔、毛豆、蛋/炒	鮮炒高麗菜 高麗菜/煮	零節 蔬菜	6 5	2 6	2 2	3 0	8 0
★ 6/15	四	海苔 香鬆飯	塔香三杯雞 雞丁、米血、九層塔/燒	香煎菜頭糕 菜頭、芝麻/煎	黑木耳花椰 木耳、花椰/炒	有機 蔬菜	6 5	2 5	2 1	2 8	8 1
★ 6/16	五	白米飯	正宗回鍋肉 肉片、豆干、高麗菜/燒	五更豆腐煲 豆腐、木耳、金針菇	BBQ豆芽肉 豆芽、肉片/燒	有機 蔬菜	6 7	2 6	2 0	3 0	8 9
★ 6/17	六	胚芽飯	氣泡燒雞翅 雞翅/燒	清炒合掌瓜 紅蘿蔔、合掌瓜/炒	夜市鹹水雞 時蔬、雞肉/燙	有機 蔬菜	6 7	2 6	2 0	3 0	8 9
★ 6/19	一	燕麥飯	酸甜海鮮排 海鮮排/燒	暖暖關東煮 油豆腐、蘿蔔、甜不辣/煮	番茄炒蛋 蛋、洋蔥、蕃茄/炒	產銷 履歷 蔬菜	6 8	2 5	2 0	3 0	8 9
★ 6/20	二	小米香飯	日式咖哩雞 雞丁、洋芋、紅蘿蔔/煮	鮮菇蒲瓜 鮮菇、蒲瓜/煮	椒鹽百頁燒 百頁/燒	有機 蔬菜	6 5	2 8	2 1	3 0	8 3
★ 6/21	三	蘑菇 鐵板麵	香酥脆雞腿 雞腿/炸	豆沙包 豆沙、芝麻/蒸	蝦香高麗 蝦皮、高麗、紅蘿蔔/炒	零節 蔬菜	6 6	2 6	2 0	3 0	8 2
6/22	四	~端午節連假~									
6/23	五	~端午節連假~									
★ 6/26	一	蕎麥0飯	美式炸雞翅 雞翅/炸	肉絲炒干片 豆干、肉絲/炒	杏鮑佛手瓜 杏鮑菇、佛手瓜、紅蘿蔔/煮	產銷 履歷 蔬菜	6 8	2 5	2 0	3 0	8 9
★ 6/27	二	白米飯	開胃筍燒扣肉 筍、豬肉/滷	脆炒西蘭花 花椰菜/炒	日式蒸蛋 紅蘿蔔、蔥、蛋/蒸	有機 蔬菜	6 7	2 6	2 2	3 0	8 4
★ 6/28	三	豬肉 乾拌麵	胡椒雞腿排 雞腿排/燒	韭菜銀芽 豆芽菜、韭菜、紅蘿蔔/炒	麥克雞塊*2 雞塊/炸	零節 蔬菜	6 6	2 8	2 0	3 0	8 7
★ 6/29	四	雜糧飯	蔥燒大排 里肌排、蔥/燒	枸杞冬瓜煲 枸杞、絞肉、冬瓜/煮	時蔬Q丸 時蔬、豬肉丸/煮	有機 蔬菜	6 5	2 6	2 2	2 8	8 1
★ 6/30	五	白米飯	蜜汁燒魚 魚干、魚丁、芝麻/燒	醬油燻筍 筍/燻	洋蔥炒蛋 洋蔥、紅蘿蔔、蛋/炒	有機 蔬菜	6 6	2 8	2 1	3 0	8 0
★ 6/30	五	白米飯 (蔬食日)	蜜汁豆干燒 豆干、肉絲、芝麻/燒	醬油燻筍 筍/燻	洋蔥炒蛋 洋蔥、紅蘿蔔、蛋/炒	有機 蔬菜	6 6	2 8	2 1	3 0	8 0

★ 標示為三章—0申請日 / 營養師 林芊慧

*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 服務專線 03-368-1899
HACCP 食品認證中央廚房餐盒工廠 桃園市八德區瑞源一街11號





津味優質午餐

武漢國中

112年6月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜		湯品	附餐	全日 供應 (時)	週中 供應 (時)	週六 供應 (時)	週日 供應 (時)	休 息 (時)
6/1	四	白飯	羅勒三杯雞 <small>九層塔.C雞肉/炒</small>	肉茸洋芋 <small>C豬肉.Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/煮</small>	開陽扁蒲 <small>蝦皮.Q扁蒲/炒</small>	冬瓜豚肉湯 <small>Q冬瓜.C豬肉</small>		6.5	2.5	2.2	2.5	8.10
6/2	五	燕麥Q飯	巴比Q肉排 <small>C豬肉/燒</small>	蒜香高麗 <small>蒜.Q高麗菜/炒</small>	乳酪玉米蛋 <small>Q非基改玉米粒.Q雞蛋.乳酪粉/炒</small>	白玉肉片湯 <small>Q白蘿蔔.C豬肉</small>		6.3	3	2.2	2.5	8.34
6/5	一	芝麻米飯	南洋咖哩雞 <small>C雞肉.Q洋芋.Q紅蘿蔔/煮</small>	銀芽三絲 <small>Q豆芽.韭菜.Q紅蘿蔔/炒</small>	麻婆豆腐 <small>非基改豆腐.C絞肉/燒</small>	紫菜蛋花湯 <small>海帶芽.Q蛋</small>		6.2	2.7	2.2	2.7	8.13
6/6	二	麥片Q飯	橙汁里肌排 <small>C里肌/燒</small>	開陽白菜 <small>蝦皮.Q白菜/炒</small>	筍干麵輪 <small>筍干.麵輪/炒</small>	黃瓜燉肉湯 <small>Q大黃瓜.C豬肉</small>		6	2.7	2.4	2.8	8.09
6/7	三	古早味 香菇拌飯	海苔搖搖鹽酥雞 <small>海苔粉.C雞肉/炒</small>	傳奇麻辣燙 <small>非基改凍豆腐.Q平菇.蔥.金針菇/煮</small>	蛋酥花椰 <small>Q雞蛋.C花椰菜/炒</small>	芋圓撞奶		6.3	2.6	2.2	3	8.26
6/8	四	白飯	鐵板魚塊 <small>C魚肉.Q洋蔥/炒</small>	椒麻黑豆干 <small>非基改黑豆干.C豬肉/燒</small>	香菇佛手瓜 <small>Q香菇.Q佛手瓜/炒</small>	貴族濃湯 <small>Q非基改玉米.Q蛋</small>		6.2	2.7	2.2	2.7	8.13
6/9	五	蕎麥米飯	宮保雞丁 <small>C雞肉/燒</small>	蔬菜粉絲 <small>冬粉.Q高麗.Q紅蘿蔔/炒</small>	冬瓜花生麵筋 <small>Q冬瓜.花生.麵筋/燒</small>	和風味噌湯 <small>味噌.非基改豆腐</small>	豆奶	6.5	2.5	2	2.7	8.14
6/12	一	白飯	沙茶肉片 <small>Q洋蔥.C豬肉/炒</small>	鮮瓜燴貢丸 <small>Q大黃瓜.C貢丸/煮</small>	海帶白干絲 <small>非基改白干絲.海帶.C豬肉/炒</small>	羅宋湯 <small>Q番茄.Q洋芋.洋蔥</small>		6	2.7	2.4	2.7	8.04
6/13	二	白飯	胖參轟炸雞排 <small>C雞肉/炸</small>	香蔥菜脯蛋 <small>青蔥.菜脯.Q雞蛋/炒</small>	蝦香蒲瓜 <small>蝦皮.Q蒲瓜/炒</small>	香筍燉肉湯 <small>Q竹筍.C豬肉</small>		6	2.8	2.4	3	8.25
6/14	三	蘑菇 鐵板麵	椒麻豬排 <small>C豬肉/燒</small>	成都滷味 <small>樟茶鴨.貢鴨.非基改白切/煮</small>	肉茸高麗 <small>C雞肉.Q高麗菜/炒</small>	綠豆地瓜圓		6.2	3	2.3	3	8.44
6/15	四	小米蒸飯	香菇瓜仔雞 <small>Q香菇.瓜仔.C雞肉/煮</small>	和風關東煮 <small>Q蘿蔔.C豬肉.Q紅蘿蔔/煮</small>	蔥燒油豆腐 <small>非基改油豆腐.C豬肉.蔥/燒</small>	酸辣湯 <small>非基改豆腐.脆筋絲.Q雞蛋</small>		6	2.8	2.2	2.7	8.07
6/16	五	胚芽米飯	筍香焗肉 <small>筍干.C豬肉/燒</small>	台式鍋貼*2 <small>C鍋貼/炸</small>	螞蟻上樹 <small>冬粉.C豬肉.Q紅蘿蔔/炒</small>	枕瓜豚肉湯 <small>Q冬瓜.C豬肉</small>		6.5	2.5	2.2	2.7	8.19
6/17	六	白飯	印度香料雞 <small>C雞肉.Q洋芋.Q紅蘿蔔/煮</small>	羅華力海根 <small>九層塔.海帶根/炒</small>	彩繪玉米 <small>Q非基改玉米.Q紅蘿蔔.T毛豆.C豬肉/炒</small>	芹香貢丸湯 <small>Q芹菜.Q蘿蔔.Q貢丸</small>		6.5	2.5	2.3	2.5	8.13
6/19	一	白飯	親子雞肉丼 <small>Q洋蔥.C雞肉.Q蛋/煮</small>	泰式醬獅子頭 <small>Q大白菜.C獅子頭/燒</small>	毛豆百頁 <small>T毛豆.非基改百頁豆腐/燒</small>	貴族濃湯 <small>Q非基改玉米.Q蛋</small>		6.3	2	2.7	8.17	
6/20	二	五穀米飯	糖醋排骨 <small>C豬肉/燒</small>	番茄滑蛋 <small>Q番茄.Q雞蛋/炒</small>	冬瓜肉末 <small>Q冬瓜.C豬肉/燒</small>	日式豆腐湯 <small>味噌.非基改豆腐</small>		6	2.7	2.2	2.8	8.04
6/21	三	海苔香 鬆飯	脆皮魷魚排 <small>C魷魚排/炸</small>	哈燒 麻辣燙	鮮炒佛手瓜 <small>蒜.Q佛手瓜.C鴨肉/炒</small>	紅豆湯 <small>T紅豆</small>		6.2	2.7	2.3	3	8.22
6/22	四	端午連假*佳節快樂										
6/23	五	端午連假*佳節快樂										
6/26	一	芝麻米飯	歐爸泡菜燒肉 <small>Q洋蔥.Q豬肉/燒</small>	肉茸干丁 <small>非基改干丁.C豬肉/炒</small>	照燒甜不辣 <small>Q甜不辣.Q洋蔥/燒</small>	港式肉骨茶湯 <small>Q蘿蔔.C豬肉</small>		6.5	2.8	2	2.5	8.28
6/27	二	麥片香飯	香香麻油雞 <small>Q雞肉/煮</small>	毛豆玉米燒 <small>非基改玉米.Q紅蘿蔔.T毛豆/炒</small>	黃瓜貢丸 <small>Q大黃瓜.C貢丸/炒</small>	海芽肉片湯 <small>海帶芽.C豬肉</small>		6.5	2.5	2.2	2.8	8.24
6/28	三	擔擔 肉燥麵	黃金日式豬排 <small>C豬肉/炸</small>	一番 關東煮	鮮菇花椰 <small>Q香菇.C花椰菜/炒</small>	冬瓜茶 西米露		6.2	2.5	2.4	3	8.17
6/29	四	白飯	沙嗲燒雞 <small>C雞肉/燒</small>	蔬菜粉絲煲 <small>Q高麗.冬粉.C豬肉/炒</small>	BBQ四分干 <small>非基改四分干/燒</small>	蔬菜雪花湯 <small>Q蘿蔔.C豬肉.Q金針菇</small>		6.5	2.8	2	2.5	8.28
6/30	五	小米蒸飯	蒜泥燒肉片 <small>Q洋蔥.Q豬肉/炒</small>	馬鈴薯燒 <small>Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/煮</small>	鐵板芽菜 <small>韭菜.Q豆芽/炒</small>	古早味肉羹湯 <small>脆筋絲.C肉羹</small>		6.5	2.5	2.2	2.5	8.10
6/30	五	小米蒸飯 (蔬食日)	蒜泥凍豆腐 <small>Q洋蔥.非基改凍豆腐/炒</small>	馬鈴薯烘蛋 <small>Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔.Q雞蛋/炒</small>	鐵板芽菜 <small>韭菜.Q豆芽/炒</small>	古早味肉羹湯 <small>脆筋絲.C肉羹</small>		6.5	2.5	2.2	2.5	8.10

★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：呂如璽 營養字第3594號