



裕民田精緻午餐

武漢國中
113年4月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜	湯品	全日 鈣質 (份)	五大 室內 (份)	健康 (份)	油脂 (份)	熱量 (Kcal)
★ 4/1	一	紫米飯	壽喜燒肉片 肉片, 豆芽/燒	大溪黑豆干 黑豆干/燻	佛跳牆 太白菜, 香菇, 豆皮/燉	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜
★ 4/2	二	白米飯	油腐蠔油雞 雞丁, 油腐, 鮮菇/燒	媽媽上樹 全粉, 高麗菜, 絞肉/炒	彩繪花椰 花椰, 紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/3	三	豬肉 炒烏龍麵	京都炸豬排 豬排/炸	和風燒蘿蔔 蘿蔔, 紅蘿蔔, 小丸子/燉	BBQ甜不辣 甜不辣, 洋葱/燒	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜
4/4	四	*兒童節&清明節放假*								
4/5	五	*兒童節&清明節放假*								
★ 4/8	一	麥片香飯	酸甜甜 雞肉/燒	塔香打拋豬 絞肉, 番茄, 干丁/燒	蔬菜肉丸球 大白菜, 肉丸/煮	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜
★ 4/9	二	海苔香鬆飯	蘑菇醬燒魚 魚丁, 洋葱, 蘑菇/燒	蒜香炒筍 筍, 蒜, 紅蘿蔔/炒	豆腐煲 豆腐, 木耳, 金針菇/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/10	三	主廚拌麵	香滷嫩雞排 雞腿排/燒	豆沙包 豆沙包/蒸	高麗肉片煮 高麗, 肉片/煮	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜
★ 4/11	四	白米飯	馬鈴薯燉肉 洋芋, 肉片, 紅蘿蔔/燉	塔香鮑菇素雞 素雞, 杏鮑菇, 九層塔/燒	鮮煮胡瓜 紅蘿蔔, 胡瓜, 甜不辣/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/12	五	蕎麥飯	香酥脆雞腿 雞腿/炸	番茄炒蛋 蛋, 番茄, 洋葱/炒	鹹水時蔬 花椰菜, 木耳, 豆皮/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/12	五	蕎麥飯 (蔬食日)	芹香麵腸 芹, 麵腸, 絞肉/燒	番茄炒蛋 蛋, 番茄, 洋葱/炒	鹹水時蔬 花椰菜, 木耳, 豆皮/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/15	一	雜糧飯	紅燒扣肉 肉丁, 蘿蔔, 紅蘿蔔/燒	豆腐燴金針 豆腐, 金針, 高麗/燉	雞蛋大排 雞蛋大排/炸	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜
★ 4/16	二	白米飯	吮指脆雞翅 雞翅/炸	瓜仔肉燥 絞肉, 碎瓜, 干丁/燉	白玉煮 蘿蔔, 紅蘿蔔, 海帶結/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/17	三	紅蔥滷肉飯	蒜香里肌排 里肌排/燒	毛豆油豆腐 油豆腐, 毛豆/燒	青翠炒花椰 花椰菜, 木耳/炒	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜
★ 4/18	四	白米飯	味噌燒雞 雞肉, 高麗菜, 紅蘿蔔/燒	鮮菇蒲瓜 蒲瓜, 鮮菇, 紅蘿蔔/燉	洋葱乳酪蛋 洋葱, 乳酪, 蛋, 紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/19	五	地瓜絲飯	正宗回鍋肉 肉片, 豆干, 高麗菜/燒	枸杞冬瓜肉末 冬瓜, 絞肉, 枸杞/燉	港式蘿蔔糕 蘿蔔糕/蒸	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/22	一	薏仁飯	鹽燒小腿雞*2 雞小腿/燒	蔥燒豆腐 絞肉, 豆腐, 蔥/燉	木須白菜滷 大白菜, 木耳/燉	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜
★ 4/23	二	白米飯	古早味筍香焗肉 豬肉, 筍, 油	銀芽炒肉絲 豆芽, 肉絲, 紅蘿蔔/炒	蒜甜煎餅*2 水餃/燒	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/24	三	羅勒麵	卡拉雞腿排 卡拉雞腿排/炸	奶燉洋芋塊 馬鈴薯, 杏鮑菇, 洋葱/燉	招牌滷味 四分干, 素雞, 貢丸/燉	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜	季節 蔬菜
★ 4/25	四	白米飯	鐵路豬排 豬排/燒	甘甜高麗菜 高麗菜, 紅蘿蔔/炒	茄汁焗蛋 蛋, 番茄, 洋葱/炒	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/26	五	胚芽米飯	醬燒魚排 魚排/燒	香菇干丁 干丁, 香菇, 絞肉/燉	鮮瓜煮 黃瓜, 紅蘿蔔, 鴻喜菇/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜
★ 4/29	一	海苔香鬆飯	京醬肉絲 肉絲, 豆芽/燒	玉米燴毛豆 玉米, 毛豆仁, 洋葱/燒	日式關東煮 蘿蔔, 油豆腐, 紅蘿蔔/煮	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜	產銷 履歷 蔬菜
★ 4/30	二	紫米飯	三杯塔香雞 雞丁, 九層塔, 米血/燒	地瓜脆薯 地瓜條/炸	砂鍋白菜 大白菜, 蛋, 木耳/燉	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜	有機 蔬菜

★ 標示為三章一0申請日 / 營養師 林芊慧

*全面使用非基改黃豆製品及玉米

*有機青菜及產銷履歷青菜為深綠色蔬菜

*本公司供應之餐點：食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。



*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食工廠

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
113年4月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	全日 營養 均衡	蛋 類	肉 類	豆 類	蔬 菜		
4/1	一	白飯	羅勒三杯雞 C雞肉/炒	一品滷味燙 非基改油豆腐.Q高麗菜.Q金針菇.C豬肉/煮	季豆甜不辣 T敏豆.Q甜不辣/炒	高筋 麵筋菜	玉米濃湯 Q非基改玉米粒.Q雞蛋	6 2	2 8	2 3	2 7	8 2
4/2	二	燕麥Q飯	香筍東坡肉 C豬肉.筍干/滷	台式菜脯蛋 Q雞蛋.菜脯/炒	蒲瓜燴豆皮 Q蒲瓜.非基改豆皮/炒	有機 蔬菜	三絲湯 筍絲.C豬肉.Q紅蘿蔔	6 3	2 5	2 6	2 6	8 4
4/3	三	海苔香鬆飯	卡拉香酥雞翅 C雞肉/炸	人氣粉絲煲 Q紅蘿蔔.Q大白菜.冬粉/煮	奶香洋芋 Q洋芋.Q紅蘿蔔/煮	季節 蔬菜	紅豆薏仁湯 T紅豆.薏仁	6 5	2 8	2 8	2 8	8 4
🌞 4/4-4/7 兒童節/清明節連假												
4/8	一	白飯	鐵板豬扒 C豬肉/煮	蔥燒豆干 蔥.非基改豆干/燒	炒炒醬獅子頭 Q白蘿蔔.Q紅蘿蔔.C豬肉/煮	高筋 麵筋菜	蔬菜菇菇湯 Q香菇.Q金針菇.C豬肉	6 2	2 9	2 4	2 6	8 2
4/9	二	白飯	炭烤醬佐雞排 C雞肉/燒	滷味世家 海帶結.Q杏鮑菇.Q黑輪/滷	佛跳牆 Q大白菜.C豬肉/煮	有機 蔬菜	竹筍肉片湯 T地瓜.芋圓	6 5	2 6	2 3	2 6	8 2
4/10	三	香蔥蛋炒飯	日式香酥豬排 C雞肉/炸	虎皮油腐 非基改油豆腐.C豬肉.Q洋蔥/煮	鮮菇甘藍 Q高麗菜.Q香菇/炒	季節 蔬菜	地瓜芋圓湯 T地瓜.芋圓	6 3	2 8	2 1	2 9	8 3
4/11	四	胚芽米飯	砂鍋魚煲 C魚肉.Q洋蔥/燒	翡翠蒸蛋 Q雞蛋.Q紅蘿蔔.青蔥/蒸	雞塊+鍋貼 C雞塊.C鍋貼/炸	有機 蔬菜	味噌豆腐湯 味噌.非基改豆腐	6 3	2 3	2 2	2 7	8 3
4/12	五	小米蒸飯	照燒翅腿×2 C雞肉/燒	瓜瓜肉燥 醃瓜.C豬肉.非基改干丁/煮	瓠瓜菇菇 Q瓠瓜.Q香菇/炒	有機 蔬菜	香菇羹湯 Q紅蘿蔔.Q雞蛋.香菇	6 2	2 8	2 2	2 8	8 2
4/12	五	小米蒸飯 (蔬食日)	毛豆洋葱蛋 T毛豆.Q洋蔥.Q雞蛋/炒	瓜瓜肉燥 醃瓜.C豬肉.非基改干丁/煮	瓠瓜菇菇 Q瓠瓜.Q香菇/炒	有機 蔬菜	香菇羹湯 Q紅蘿蔔.Q雞蛋.香菇	6 2	2 8	2 2	2 8	8 2
4/15	一	白飯	橙汁里肌排 C豬肉/燒	金莎豆腐 非基改豆腐.C豬肉.Q洋蔥/煮	芹香芽菜 Q豆芽菜.Q芹菜/炒	高筋 麵筋菜	貴族濃湯 Q非基改玉米粒.Q雞蛋	6 2	2 9	2 1	2 6	8 2
4/16	二	白飯	霸味薑母鴨 C鴨肉/煮	酸菜麵腸 酸菜.麵腸/煮	彩椒花椰 C花椰菜.Q甜椒/炒	有機 蔬菜	香醇羅宋湯 C豬肉.Q番茄.Q芹菜	6 7	2 3	2 3	2 5	7 9
4/17	三	炭燒醬炒麵	搖搖鹽酥雞 C雞肉/炸	綜合滷味 素肚.海帶結.Q白蘿蔔/滷	爆汁鮮肉包 C肉包/蒸	季節 蔬菜	芋頭西米露 Q芋頭.西谷米	6 4	2 8	2 2	2 9	8 3
4/18	四	五穀米飯	鐵板咕咾肉 C豬肉.Q洋蔥/燒	番茄炒蛋 Q番茄.Q雞蛋/炒	螞蟻上樹 冬粉.Q高麗菜/炒	有機 蔬菜	紫魚味噌湯 味噌.紫魚.非基改豆腐	6 3	2 7	2 2	2 6	8 1
4/19	五	麥片Q飯	洋芋燒雞 C雞肉.Q洋蔥/燒	玉米四喜 Q非基改玉米.Q紅蘿蔔.T毛豆.C豬肉/煮	冬瓜麵筋 Q冬瓜.麵筋/煮	有機 蔬菜	芋香米粉湯 米粉.C豬肉.Q芋頭	6 5	2 8	2 2	2 5	8 2
4/22	一	芝麻白飯	風味壽喜燒 C豬肉/煮	金線炒蛋 Q紅蘿蔔.Q雞蛋/炒	小魚干花生 蔥.小魚干.非基改豆干/炒	高筋 麵筋菜	木瓜燉雞湯 Q青木瓜.C雞肉	6 3	2 2	2 7	2 7	8 2
4/23	二	白飯	糖醋魚丁 C魚肉/燒	醋溜海絲 海帶絲.C豬肉.Q紅蘿蔔/炒	雞柳條+薯條 C雞柳條.Q薯條/炸	有機 蔬菜	港式酸辣湯 非基改豆腐.Q紅蘿蔔	6 2	2 3	2 3	2 6	8 3
4/24	三	古早味油飯	轟炸脆皮雞排 C雞肉/炸	杏鮑菇豆干 Q杏鮑菇.C豬肉.非基改黑豆干	脆炒如意芽 Q豆芽菜.Q紅蘿蔔.Q韭菜/炒	季節 蔬菜	綠豆湯 綠豆	6 5	2 8	2 2	2 9	8 4
4/25	四	小米蒸飯	奶香鮑菇豚肉 C豬肉/煮	芋香白菜滷 Q大白菜.C豬肉/煮	黃金乳酪蛋 Q雞蛋.Q非基改玉米.Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	結頭菜肉片湯 Q結頭菜.C豬肉	6 3	2 8	2 3	2 5	8 2
4/26	五	胚芽米飯	蜜汁翅腿燒×2 C雞肉/燒	蛋酥高麗 Q蛋.Q高麗菜/炒	青醬洋芋燒 Q洋芋.Q紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽.Q雞蛋	6 4	2 9	2 2	2 5	8 2
4/29	一	白飯	星廚焗肉 C豬肉/滷	鮮味凍豆腐 非基改凍豆腐.C豬肉.Q大白菜.Q金針菇/煮	彩椒黑輪 Q彩椒.Q黑輪/炒	高筋 麵筋菜	芹香貢丸湯 Q芹菜.Q白蘿蔔.Q貢丸	6 2	2 8	2 2	2 8	8 2
4/30	二	小蔥仁飯	泰式酸甜雞 C雞肉/燒	筍乾燒麵輪 筍乾.麵輪/燒	鮮瓜肉片 Q大黃瓜.Q紅蘿蔔.C豬肉/煮	有機 蔬菜	老饕肉骨茶 Q白蘿蔔.肉骨茶包	6 2	2 8	2 1	2 6	8 1

★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。

▽產銷履歷蔬菜與有機蔬菜以桃園市農會所提供的深色蔬菜為主。

◆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：桃園市大溪區新北東路61巷20弄6

號

服務電話：03-3881534

營養師：李怡真 營養字第10867號