



美味午餐

桃園國中
112年2月午餐菜單

★皇佳食品廠
台灣豬標章QR碼



日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油鹽類	熱量
13	一	香Q白飯	咖哩雞丁 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	白菜滷 大白菜Q紅蘿蔔Q香菇Q肉絲S-煮	芝麻蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	產銷履歷	味噌海帶湯 海帶芽小魚干	6.8	2.5	2	3	849
14	二	糙米飯	BBQ豬排 豬排S-燒	紅麴肉燥 筍丁絞肉S-煮	鮮炒合掌瓜 佛手瓜Q鮑魚菇Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜	田園南瓜湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.6	2.6	2	3	842
15	三	肉鬆拌飯	迷迭香雞翅 雞翅S-燻	蒜味高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	三杯麵腸 麵腸-燒	Q青菜	榨菜肉絲湯 榨菜T肉絲S	6.6	2.5	2.2	3	840
16	四	胚芽米飯	蒜泥肉片 肉片S豆芽菜Q-煮	玉米炒蛋 玉米粒S雞蛋Q-炒	柴香花枝燒x2 花枝丸Sx2柴魚片海苔粉-燒	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆臘腸湯圓	6.8	2.5	2.2	3.2	863
17	五	麥片飯	照燒雞丁 雞丁S洋蔥Q-煮	肉片豆腐煲 豆腐肉片S-煮	芹香什錦 芹菜Q紅蘿蔔Q海帶絲-炒	有機蔬菜	麵線羹湯 麵線雞蛋Q筍丁紅蘿蔔Q肉羹S	6.5	2.6	2	3	835
18	六	藜麥飯	塔香燒魚 魚丁Q干燒	翠炒時蔬 敏豆Q紅蘿蔔Q肉絲S-炒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	有機蔬菜	大頭菜排骨湯 結肉菜Q排骨S	6.5	2.6	2	3	835
20	一	五穀米飯	蒜味豬排 豬排S-滷	木須黃瓜 大黃瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	干丁肉燥 絞肉S干丁-滷	產銷履歷	玉米蛋花湯 玉米粒S雞蛋Q	6.6	2.5	2.1	3.3	851
21	二	燕麥飯	翡翠燴魚丁 魚丁Q高麗菜Q甜椒Q-煮	塔香豬肉寬粉 寬粉絞肉S-燒	咖哩肉丸子 獅子頭S洋蔥Q紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜	豆薯肉片湯 豆薯Q肉片S	6.8	2.5	2	3	849
22	三	蔬食日 日式烏龍麵	滷蛋油豆腐肉末 雞蛋S油豆腐絞肉S-滷	椒鹽地瓜 地瓜Q-炸	和風白玉 蘿蔔Q香菇Q海帶結-煮	Q青菜	筍片鮑菇湯 筍丁鮑魚菇Q	6.7	2.6	2	3	849
23	四	香Q白飯	五香滷棒腿 雞腿S-滷	冬瓜肉燥 冬瓜Q絞肉S-煮	蛋酥白菜 大白菜Q金針菇Q雞蛋Q-煮	有機蔬菜	柴香豆腐湯 豆腐柴魚片	6.6	2.4	2	3	827
24	五	小米飯	梅干燻肉 肉丁S梅干T-燒	茄汁炒蛋 洋蔥Q毛豆Q雞蛋Q-炒	韭香豆芽菜 豆芽菜Q韭菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜	山藥排骨湯 山藥Q排骨S	6.5	2.5	2	3.2	837

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

(S) : CAS 台灣優良農產品標章 (Q) : 台灣農產生產追溯 (T) : 產地-台灣



112年2月菜單 桃園國中

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬菜	油脂	熱量	
2/13	一	香Q白米飯	義式香草鮮魚 燒:番茄Q.洋蔥Q.水鯊S	南瓜豆腐煲 燒:南瓜Q.豆腐.絞肉S	脆炒花椰菜 炒:胡蘿蔔Q.花椰菜S	履歷蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜Q.肉片S.小蔥仁	6.5	2.9	2.4	2.5	854	
2/14	二	燕麥飯	壽喜燒肉片 燒:洋蔥Q.香菇Q.豬肉S	砂鍋獅子頭 炒:大白菜Q.獅子頭S	咖哩洋芋 煮:洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	有機蔬菜	海帶肉絲湯 海帶.肉絲S.薑絲	6.6	2.8	2.5	2.8	861	
2/15	三	香菇油飯	粉嫩棒棒腿 滷:雞肉S	梅粉地瓜薯條 炸:地瓜條Q	沙茶肉羹 煮:紅.白蘿蔔Q.豬肉S	季節蔬菜	西魯肉湯 大白菜Q.肉絲S.雞蛋Q	6.6	2.8	2.5	2.7	856	
2/16	四	地瓜飯	糖醋豬小排 燒:排骨丁S.肉角S.洋蔥Q	蔥爆干片 燒:蔥.豆干.肉絲S	滷味燙 滷:高麗Q.金針菇Q.豆皮	有機蔬菜	紅豆湯圓 湯圓.紅豆T	6.5	2.8	2.4	2.6	842	
2/17	五	香Q白米飯	辣子雞丁 燒:雞肉S.洋蔥Q	日式蒸蛋 蒸:青蔥.蛋Q.柴魚片	敏豆天婦羅 炒:敏豆T.天婦羅Q	有機蔬菜	巧達濃湯 洋蔥Q.西芹Q.洋芋Q.玉米S	6.5	2.8	2.4	2.7	847	
2/18	六	五穀Q飯	黑胡椒鮮肉排 燒:豬肉S	脆薯干丁 煮:豆乾丁.豆薯Q.絞肉S	滷味素雞片 滷:素雞片.酸菜	有機蔬菜	蔬菜粉絲湯 大白菜Q.冬粉.蛋Q	6.5	2.7	2.5	2.6	837	
2/20	一	小薏仁飯	馬鈴薯燉肉 燒:洋芋Q.豬肉S.番茄Q	海帶白干絲 炒:海帶.豆干絲.芹菜Q	菇菇鮮瓜 煮:鴻喜菇Q.大瓜Q.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	芹香蘿蔔湯 芹菜Q.白蘿蔔Q	6.6	2.7	2.4	2.6	842	
2/21	二	香Q白米飯	酥炸石斑魚 炸:石斑魚Q.敏豆T.豆腐	冬瓜肉醬 燒:豬肉S.冬瓜Q	蛋酥高麗 炒:蛋Q.高麗菜Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	海芽蛋花湯 味噌.海帶芽.蛋Q	豆奶	6.6	2.9	2.5	2.8	868
2/22	三	焗烤青醬麵 蔬食日	肉燥滷蛋 燒:蛋S.絞肉S	綜合小火鍋 煮:豆皮.白蘿蔔Q.玉米S.黑輪Q	蒜味海茸 炒:絞肉S.海茸	季節蔬菜	羅宋湯 番茄Q.高麗菜Q.香菇Q.芹菜Q	6.5	2.7	2.4	2.8	844	
2/23	四	香Q白米飯	泰式打拋肉片 燒:豬肉S.番茄Q.洋蔥Q	玉米香酥餅 炸:玉米餅S	紅燒洋芋絲 炒:洋芋Q.絞肉S	有機蔬菜	玉米排骨湯 玉米S.排骨S	6.5	2.9	2.5	2.8	861	
2/24	五	紫米Q飯	杏菇花雕雞 煮:杏菇Q.雞肉S.紅棗	芹香水晶細粉 炒:芹菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.冬粉	竹筍炒肉片 炒:筍片.肉片S	有機蔬菜	金針肉絲湯 乾金針.金針菇Q.肉絲S	6.6	2.8	2.5	2.7	856	

迎接228連假!

食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷
營養師:沈凱瑄、黃琬絨、張韻瑩 2/21(二)供應豆奶

裕民田精緻午餐

桃園國中
112年2月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜		湯品	全數 性價 比(份)	豆 蛋 肉 類(份)	蔬 菜 類(份)	油 脂 類(份)	熱 量 (kcal)
★ 2/13	一	白米飯	拿坡里燉肉 C肉丁, 0蘿蔔, 0番茄/燉	滷香世家 酸菜心, 素肚, 百頁/滷	洋芋毛豆 C毛豆, 0馬鈴薯, 0紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜 韓式昆布湯 昆布, 0黃豆芽, C肉片	6 .7	2 .7	2 .0	2 .8	8 4 8
★ 2/14	二	紫米飯	天使雞腿排 C雞腿排/燒	紅燒獅子頭 C獅子頭, 0白菜/燒	香炒筍片 筍片, C肉片, 0紅蘿蔔/炒	有機蔬菜 南瓜濃湯 0南瓜, 0玉米, 0蛋	6 .6	2 .7	2 .2	2 .8	8 4 6
★ 2/15	三	紅蔥滷肉飯	醬燒豬排 C豬排/燒	凍豆腐燴金針 凍豆腐, 0金針, 0高麗/燴	雞塊地瓜條 C雞塊, 0地瓜/炸	季節蔬菜 四神豬肉湯 薏仁, C豬肉, 0洋芋	6 .6	2 .6	2 .0	3 .0	8 4 2
★ 2/16	四	薏仁飯	脆皮小腿雞*2 C翅小腿/燒	瓜仔肉燥 C絞肉, 碎瓜, 干丁/煮	菇菇燴黃瓜 0黃瓜, 0秀珍菇/燴	有機蔬菜 紅豆湯圓 T紅豆, 湯圓	6 .6	2 .7	2 .0	3 .0	8 5 0
★ 2/17	五	白米飯	鐵板胡椒魚 0魚肉, 0洋蔥, 蔥/炒	紅絲乳酪蛋 0紅蘿蔔, 0洋蔥, 0蛋, 乳酪/炒	韭菜豆芽 0豆芽, 0韭菜, 0紅蘿蔔/炒	有機蔬菜 冬菜粉絲湯 粉絲, 冬菜, C肉絲	6 .5	2 .7	2 .0	2 .8	8 3 4
★ 2/18	六	小米飯	塔香三杯雞丁 C雞丁, 0豆腐, 九層塔/炒	客家小炒 豆干, 0芹, C肉絲/炒	香菇高麗 0高麗, 0紅蘿蔔, 0香菇/炒	有機蔬菜 小魚豆腐湯 味噌, 小魚乾, 豆腐	6 .6	2 .7	2 .0	2 .8	8 4 1
★ 2/20	一	白米飯	夜市鹹酥雞 C雞丁, 九層塔/炸	麻婆豆腐 豆腐, C絞肉, C毛豆/炒	砂鍋滷白菜 0大白菜, 0蛋, 0芋頭, 0木耳/炒	產銷履歷蔬菜 冬瓜肉片湯 0冬瓜, C肉片	6 .7	2 .8	2 .0	3 .0	8 6 4
★ 2/21	二	五穀飯	糖醋石斑魚 0石斑魚/燒	咖哩洋芋 0洋芋, 0紅蘿蔔/煮	繽紛花椰 C花椰, 0紅蘿蔔/炒	有機蔬菜 紫菜蛋花湯 紫菜, 0蛋	6 .6	2 .7	2 .0	2 .8	8 4 1
★ 2/22	三	日式炒烏龍 (蔬食日)	Q嫩茶碗蒸 0蛋, 蔥, 0紅蘿蔔/蒸	綿密豆沙包60G C豆沙包/蒸	日式關東煮 0蘿蔔, 0玉米圈, 0紅蘿蔔/煮	季節蔬菜 三絲羹湯 豆腐, 筍絲, 0紅絲, 0木耳絲	6 .8	2 .4	2 .0	2 .8	8 3 2
★ 2/23	四	白米飯	部隊肉片煮 C肉片, 泡菜, 0高麗菜/炒	味噌油腐 油豆腐, 味噌, 蔥/燒	鮮菇蒲瓜 0蒲瓜, 0杏鮑菇/煮	有機蔬菜 豆薯豬肉湯 C豬肉, 0豆薯	6 .6	2 .7	2 .1	2 .8	8 4 3
★ 2/24	五	胚芽米飯	麻油雞 C雞丁, 0高麗菜/煮	敏豆肉末 T敏豆, C絞肉/炒	糖醋海鮮卷 C海鮮卷, 0洋蔥/燒	有機蔬菜 香菇雞湯 0香菇, C雞丁	6 .6	2 .6	2 .0	2 .8	8 3 3
2/27	一	2/27(一)調整放假一日									
2/28	二	2/28(一)和平紀念日放假一日									

★ 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

*週一供應產銷履歷蔬菜

*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





桃園國中112年2月素食菜單

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜			季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油麵類	熱量	
13	一	香Q白飯	芝麻黑干 <small>黑豆干芝麻-燒</small>	香菇素肉燥 <small>香菇Q素絞肉麵輪-煮</small>	金茸時蔬 <small>大白菜Q紅蘿蔔Q金針菇Q-煮</small>	枸杞菠菜 <small>菠菜Q-炒</small>	咖哩百頁 <small>百頁豆腐馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮</small>	產銷履歷	味噌海帶湯 <small>海帶芽小魚干</small>	6.6	2.5	2.4	3	845
14	二	糙米飯	燒嫩油腐 <small>嫩油腐-燒</small>	時蔬蓮藕 <small>蓮藕Q甜椒Q木耳Q-炒</small>	筍香素肉燥 <small>筍T素絞肉-煮</small>	鮮炒合掌瓜 <small>佛手瓜Q玉米筍-炒</small>	鮑菇萵苣 <small>大陸妹Q鮑魚菇Q紅蘿蔔Q-炒</small>	有機蔬菜	田園南瓜湯 <small>南瓜Q陰蛋Q紅蘿蔔Q</small>	6.7	2.6	2.2	3	854
15	三	香Q白飯	三杯雙味 <small>雞腿豆干-燒</small>	紅絲海根 <small>海帶根紅蘿蔔Q-炒</small>	樹子苦瓜 <small>苦瓜Q-煮</small>	香菇高麗 <small>高麗菜Q香菇Q紅蘿蔔Q-炒</small>	素烤鮭魚 <small>素烤鮭魚-煎</small>	Q青菜	榨菜素肉絲湯 <small>榨菜T素肉絲</small>	6.5	2.5	2.5	3	840
16	四	胚芽米飯	紅燒豆包 <small>豆包Q紅蘿蔔Q木耳Q-燒</small>	腰果玉米 <small>玉米粒S紅蘿蔔Q毛豆紅蘿蔔Q腰果-炒</small>	黑椒豆芽菜 <small>豆芽菜Q木耳Q紅蘿蔔Q-炒</small>	蜜汁雙薯 <small>芋頭Q地瓜Q芝麻-燒</small>	小瓜素雞 <small>小黃瓜Q素雞-炒</small>	有機蔬菜	紅豆湯圓 <small>紅豆圓壓湯圓</small>	7	2.5	2.2	3.2	877
17	五	麥片飯	五更豆腐煲 <small>豆腐雞腿酸菜T-煮</small>	枸杞山藥 <small>山藥-煮</small>	珍菇芥菜 <small>芥菜Q秀珍菇Q-炒</small>	芹香什錦 <small>芹菜Q紅蘿蔔Q海帶絲-炒</small>	茄燒麵腸 <small>茄子Q雞腿-燒</small>	有機蔬菜	牛蒡湯 <small>牛蒡Q紅蘿蔔Q皮絲</small>	6.7	2.6	2.2	3	854
18	六	藜麥飯	甜麵醬豆干 <small>豆干-燒</small>	素火腿片 <small>素火腿片-煎</small>	翠炒綠蔬 <small>豌豆Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒</small>	四喜烤麩 <small>烤麩甜椒Q毛豆Q木耳Q-煮</small>	杏果白花菜 <small>白花菜Q紅蘿蔔Q杏仁果-炒</small>	有機蔬菜	大頭菜湯 <small>結團菜Q</small>	6.5	2.6	2.4	3	845
20	一	五穀米飯	糖醋豆腸 <small>豆腐甜椒Q-炒</small>	清炒地瓜葉 <small>地瓜葉Q-炒</small>	木須黃瓜 <small>大黃瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮</small>	干丁素肉燥 <small>素絞肉干丁-滷</small>	脆炒豆薯 <small>豆薯Q玉米筍Q紅蘿蔔Q-炒</small>	產銷履歷	五行湯 <small>玉米粒Q毛豆Q紅蘿蔔Q-煮</small>	6.7	2.5	2.2	3	847
21	二	燕麥飯	豆瓣豆腐 <small>豆腐素絞肉-煮</small>	木耳三絲 <small>木耳Q素肉絲紅蘿蔔Q-炒</small>	絲瓜寬粉 <small>絲瓜Q寬粉-煮</small>	咖哩素獅子頭 <small>素獅子頭紅蘿蔔Q-煮</small>	麻香什錦 <small>百頁豆腐高麗菜Q豆管-煮</small>	有機蔬菜	山藥薏仁湯 <small>山藥薏仁</small>	6.6	2.5	2.2	3	840
22	三	炒烏龍麵	沙茶五香豆干x2 <small>五香豆干-燒</small>	芋頭煲仔 <small>芋頭Q毛豆Q紅蘿蔔Q-煮</small>	和風白玉 <small>蘿蔔Q香菇Q海帶結-煮</small>	青椒腐皮絲 <small>青椒Q腐皮絲-炒</small>	素鱈片 <small>素鱈片-燒</small>	Q青菜	筍片湯 <small>筍TQ</small>	6.7	2.6	2.1	3.2	861
23	四	香Q白飯	滷蘭花干 <small>蘭花干筍絲木耳Q-滷</small>	紅仁炒青花 <small>青花菜Q紅蘿蔔Q-炒</small>	冬瓜麵筋 <small>冬瓜Q油泡-煮</small>	栗子白菜 <small>大白菜Q豆皮紅蘿蔔Q栗子-煮</small>	蠔香豆干 <small>豆干-煮</small>	有機蔬菜	豆腐湯 <small>豆腐</small>	6.5	2.4	2.4	3	830
24	五	小米飯	鍋燒油腐 <small>油豆腐紅蘿蔔Q香菇Q-燒</small>	香炒干絲 <small>干絲木耳Q芹菜Q</small>	韓式拌雜菜 <small>油菜Q冬粉豆腐海帶芽紅蘿蔔Q-炒</small>	素滷結頭菜 <small>結頭菜Q皮絲紅蘿蔔Q-滷</small>	枸杞薑炒什菇 <small>杏鮑菇Q香菇Q金針菇Q-炒</small>	有機蔬菜	洋芋濃湯 <small>馬鈴薯Q紅蘿蔔Q</small>	6.5	2.5	2	3	828

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均

(S) : CAS 台灣優良農產品標章 (Q) : 台灣農產生產追溯 (T) : 產地-台灣

112年2月菜單 桃園國中素食

日期	星期	主食	主菜	副菜			蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬	油	熱
														量
2/13	一	香Q白米飯	義式香草雞丁 燒:番茄Q,素雞丁	南瓜豆腐煲 燒:南瓜Q,豆腐	脆炒花椰菜 炒:胡蘿蔔Q,花椰菜S	豆豉苦瓜 燒:豆豉,苦瓜Q	黑胡椒素排 蒸:素排	履歷蔬菜 冬瓜湯 冬瓜Q,小薏仁		6.5	2.9	2.4	2.7	854
2/14	二	燕麥飯	香椿豆腐 燒:豆腐,杏鮑菇Q,甜豆Q	壽喜燒鮮菇 燒:角螺,香菇Q,大白菜Q	咖哩洋芋 煮:洋芋Q,紅蘿蔔Q,毛豆T	小瓜蒟蒻 炒:小瓜Q,蒟蒻	紅燒素肚 燒:素肚	有機蔬菜 海帶湯 海帶,金針菇Q,薑絲		6.6	2.8	2.5	2.8	861
2/15	三	香菇油飯	蠔油素雞 炒:素雞片	梅粉地瓜薯條 炸:地瓜條Q	白玉素羹 煮:紅,白蘿蔔Q,素肉	辣炒酸心 炒:酸菜	五香油豆腐 滷:油豆腐	季節蔬菜 蔬菜湯 大白菜Q,鴻喜菇Q,紅蘿蔔Q		6.6	2.8	2.5	2.7	856
2/16	四	地瓜飯	糖醋豆腸 燒:番茄Q,豆腸,毛豆T	塔香三杯紫米糕 炒:九層塔,紫米糕	滷味燙 滷:高麗Q,金針菇Q,豆皮	毛豆干丁 炒:毛豆T,豆干	清炒彩椒 炒:彩椒Q	有機蔬菜 紅豆湯圓 湯圓,紅豆T		6.5	2.8	2.4	2.6	842
2/17	五	香Q白米飯	蔬菜豆皮捲 蒸:豆皮,蔬菜Q	芋頭燒 燒:芋頭Q	敏豆鮮菇 炒:敏豆T,香菇Q	金耳絲瓜 炒:金針菇Q,絲瓜Q	香滷海帶片 滷:海帶片	有機蔬菜 巧達濃湯 西芹Q,洋芋Q,玉米S		6.5	2.8	2.4	2.7	847
2/18	六	五穀Q飯	烤麩彩丁 滷:烤麩,敏豆T,彩椒Q	脆薯干丁 煮:豆干,豆薯Q	滷味素雞片 素雞片,酸菜	什錦佛手瓜 炒:佛手瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	蔬菜粉絲 炒:冬粉,高麗Q,芹菜Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜 蔬菜粉絲湯 大白菜Q,冬粉,紅蘿蔔Q		6.5	2.7	2.5	2.6	837
2/20	一	小薏仁飯	馬鈴薯燉素肉 燒:洋芋Q,素肉,紅蘿蔔Q	海帶白干絲 炒:海帶,豆干絲,芹菜Q	菇菇鮮瓜 煮:鴻喜菇Q,大瓜Q,紅蘿蔔Q	塔香茄子 燒:茄子Q,香菇Q,九層塔	椒鹽豆腐 炸:豆腐	履歷蔬菜 芹香貢丸湯 芹菜Q,白蘿蔔Q,素貢丸		6.6	2.7	2.4	2.6	842
2/21	二	香Q白米飯	栗子燒花干 燒:栗子,花干	雪裡干丁 炒:枸杞,雪裡紅,豆干	脆炒高麗 炒:香菇Q,高麗菜Q,紅蘿蔔Q	冬瓜麵筋 燒:冬瓜Q,麵筋	紅燒蘿蔔 燒:白蘿蔔Q	有機蔬菜 海芽湯 味噌,海帶芽		6.6	2.9	2.5	2.8	868
2/22	三	義式青醬麵	香滷豆包 滷:豆包	綜合小火鍋 煮:豆皮,白蘿蔔Q,玉米S	塔香海茸 炒:九層塔,海茸	樹子龍鬚菜 炒:龍鬚菜Q,樹子	薑絲南瓜 蒸:南瓜Q,薑絲	季節蔬菜 羅宋湯 番茄Q,高麗Q,香菇Q		6.5	2.7	2.4	2.8	844
2/23	四	香Q白米飯	醬燒板豆腐 燒:豆腐	玉米香酥餅 炸:玉米餅S	紅燒洋芋絲 炒:洋芋Q,紅蘿蔔Q,皮絲	脆炒芥菜仁 炒:枸杞,芥菜仁Q,金針菇Q	白菜滷 炒:大白菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜 玉米湯 玉米S,洋芋Q,海帶		6.5	2.9	2.5	2.8	861
2/24	五	紫米Q飯	杏菇四分干 煮:杏菇Q,豆干	芹香水晶細粉 炒:芹菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,冬粉	竹筍炒豆皮 炒:脆筍,豆皮	醜豆炒鮮菇 炒:醜豆Q,杏鮑菇Q,紅蘿蔔Q	牛蒡絲餅 炸:芝麻,牛蒡絲	有機蔬菜 金針湯 乾金針,金針菇Q		6.6	2.8	2.5	2.7	856

食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材 菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷
營養師:沈凱瑄、黃琬絨、張韻瑩

裕民田精緻午餐

素食便當

桃園國中 112年2月份素食菜單

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	美味副菜	美味副菜	美味副菜	新鮮蔬菜	可口湯品	全粒根豆類(份)	豆魚肉蛋類(份)	蔬菜類(份)	油脂與堅果類(份)	熱量(KCAL)	
2/13	一	蕎麥米飯	紅燒豆包 豆包/燒	韓式三絲 豆芽Q, 芹Q, 紅蘿蔔Q/炒	木耳燴筍 木耳Q, 筍/燴	毛豆炒干 毛豆S, 干丁/炒	瓜仔冬瓜 瓜仔, 冬瓜Q/燒	產銷履歷蔬菜	番茄蔬菜湯 番茄Q, 高麗菜Q	6.4	2.5	2.5	2.9	829	
2/14	二	香甜米飯	茄汁凍豆腐 番茄Q, 凍豆腐/燒	芝麻爆素雞 素雞, 芝麻/燒	塔香杏鮑菇 九層塔, 杏鮑菇Q/炒	鮮炒菜豆 菜豆Q/炒	燴炒大白菜 大白菜Q, 紅蘿蔔Q/炒	有機蔬菜	香甜土豆薯湯 土豆Q, 木耳Q	6.4	2.6	2.7	2.7	832	
2/15	三	炒烏龍麵	紅麴素肉排 紅麴素肉排/炸	炒高麗菜 高麗菜Q/炒	絲瓜金茸冬粉 絲瓜Q, 冬粉, 金針菇Q/炒	綜合雪蓮子 雪蓮子, 毛豆Q, 芋頭Q/煮	香滷麵筋 麵筋Q, 麵筋/煮	季節蔬菜	大頭菜湯 大頭菜Q	6.5	2.4	2.7	2.7	824	
2/16	四	紫米白飯	三杯豆干 九層塔, 豆干/燒	素炒小白菜 小白菜Q/炒	爆香海茸 薑, 海茸/燒	綜合玉米 紅蘿蔔Q, 玉米S, 小黃瓜Q/煮	蠔油烤麩 木耳Q, 烤麩Q/炒	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆T, 湯圓	6.5	2.4	2.5	2.8	824	
2/17	五	胚芽Q飯	滷蘭花干 蘭花干/燒	九香茄子 九層塔, 茄子Q/燒	枸杞南瓜燒 枸杞, 南瓜Q/燒	酸心麵腸 酸菜心, 麵腸/燒	秀珍菇黃瓜 秀珍菇Q, 黃瓜Q/炒	有機蔬菜	香菇筍片湯 香菇Q, 筍片	6.5	2.7	2.4	2.8	844	
2/18	六	香甜米飯	三角油豆腐 油豆腐/燒	豆醬桂竹筍 豆醬, 桂竹筍/炒	醋溜馬鈴薯 芹Q, 洋芋Q, 紅蘿蔔Q/炒	薑炒空心菜 薑, 空心菜Q/炒	韓式年糕 高麗菜Q, 年糕/炒	有機蔬菜	金針粉絲湯 金針花, 粉絲	6.5	2.4	2.8	3	840	
2/20	一	糙米香飯	醬燒豆腸 豆腸/燒	麻婆嫩豆腐 嫩豆腐/燒	大白菜滷 木耳Q, 白菜Q/煮	鮮菇刈菜仁 鮮菇Q, 刈菜仁/煮	雙色蘿蔔煮 蘿蔔Q, 紅蘿蔔Q/煮	產銷履歷蔬菜	酸辣湯 紅蘿蔔Q, 筍絲, 木耳絲	6.4	2.5	2.5	2.8	824	
2/21	二	香甜米飯	豆豉燒豆包 豆豉, 豆包/燒	香炒花椰 花椰菜S/炒	泰式打拋丁 麵腸, 番茄Q, 九層塔/炒	開胃冬瓜燒 冬瓜Q, 香菇Q/燒	宮保甘藍 甘藍Q/炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米, 洋芋, 紅蘿蔔	6.5	2.5	2.3	3	835	
2/22	三	素香炒飯	香烤素鱈魚 素鱈魚/烤	青椒田婦羅 青椒Q, 田婦羅T/炒	紅燒苦瓜 苦瓜Q/燒	彩繪西芹 西芹Q, 彩椒Q/炒	麻醬干丁 干丁/煮	有機蔬菜	紫菜豆腐湯 紫菜, 豆腐	6.5	2.5	2.6	3	843	
2/23	四	小米蒸飯	香滷豆腐 豆腐/滷	黑炒山藥 木耳Q, 山藥Q, 西芹Q/炒	香滷素肚 素肚/炒	蔬菜豆芽 豆芽Q, 芹Q/炒	美白菇萵苣 萵苣Q, 美白菇Q/燒	季節蔬菜	味噌蘿蔔湯 味噌, 白蘿蔔Q, 海芽	6.5	2.6	2.5	2.8	838.5	
2/24	五	香甜米飯	五味豆干 豆干/滷	毛豆玉米 毛豆T, 玉米S, 紅蘿蔔Q/炒	長豆脆涼薯 長豆Q, 豆薯Q/炒	三杯蜜燒地瓜 地瓜Q, 九層塔, 薑/燒	塔香茄子 九層塔, 茄子Q/燒	有機蔬菜	菇菇白菜湯 金針菇Q, 大白菜Q	6.5	2.8	2.8	2.7	857	
2/27	一	2/27(一)調整放假一日													
2/28	二	2/28(二)和平紀念日放假一日													
*全面使用非基改黃豆製品及玉米 *星期一提供產銷履歷蔬菜，星期二、四、五供應有機蔬菜。															

營養師 吳品萱 林芊慧



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

