

莊敬國小110年1月4日至110年2月26日午餐廠商供應表

班級 供餐日期	一、三年級	二、四年級	五年級	六年級	行政及課後照顧
1月4日~1月8日	國琳	皇佳	裕民田	全盛	裕民田
1月11日~1月15日	全盛	國琳	皇佳	裕民田	皇佳
1月18日~1月19日	裕民田	全盛	國琳	皇佳	國琳
2月18日~2月20日					
2月22日~2月26日	皇佳	裕民田	全盛	國琳	全盛

# 國琳團膳 110年1月菜單 莊敬國小

★食材來源一律使用台灣國產豬肉及牛肉

提供3章1Q及非基改食材

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	全穀雜糧類(份)	豆魚肉蛋類(份)	蔬菜類(份)	油類(份)	熱量	章Q	請款
1/1	五	元旦連假~新年快樂!											
1/4	一	白飯	咖哩雞丁 <small>雞丁C, 馬鈴薯, 胡蘿蔔, 煮</small>	魚香豆腐 <small>豆腐, 絞肉, 炒</small>	竹筍炒肉絲 <small>竹筍Q, 肉絲, 炒</small>	產銷履歷	鮮菇蔬菜湯 <small>菇類, 時蔬, 煮</small>	5.3	2.5	2	2.3	712	0
1/4	一	白飯 蔬食日	咖哩鴿蛋 <small>鴿蛋, 煮</small>	魚香豆腐 <small>豆腐, 絞肉, 炒</small>	香菇炒竹筍 <small>竹筍Q, 香菇, 胡蘿蔔, 炒</small>	產銷履歷	鮮菇蔬菜湯 <small>菇類, 時蔬, 煮</small>	5.3	2.5	2	2.3	712	0
1/5	二	炸醬麵	蔥燒里肌 <small>里肌排Q, 煮</small>	水晶粉絲煲 <small>冬粉, 豆芽菜, 炒</small>	大頭菜雞絲 <small>大頭菜Q, 雞絲, 炒</small>	有機蔬菜	當歸淮山湯 <small>山藥, 當歸, 煮</small>	5.5	2.5	2	2.3	726	0
1/7	四	白飯	洋蔥雞柳 <small>雞柳Q, 洋蔥, 炒</small>	玉米絞肉 <small>玉米粒Q, 絞肉, 炒</small>	花枝丸南瓜 <small>南瓜Q, 花枝丸, 蒸</small>	有機蔬菜	番茄蛋花湯 <small>番茄, 雞蛋, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.5	714	0
1/8	五	紫米飯	韓式燒肉 <small>肉片C, 高麗菜, 炒</small>	蝦仁排 <small>蝦仁排, 炸</small>	紅絲炒蛋 <small>雞蛋Q, 胡蘿蔔, 炒</small>	有機蔬菜	冬瓜薑絲湯 <small>冬瓜, 薑絲, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
1/11	一	薏仁飯	沙茶魚丁 <small>水蜜魚丁Q, 煮</small>	玉米肉醬干丁 <small>玉米粒Q, 絞肉, 豆乾丁, 炒</small>	高麗肉片 <small>高麗菜Q, 肉片, 炒</small>	產銷履歷	鮮筍大骨湯 <small>竹筍, 大骨, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
1/11	一	薏仁飯 蔬食日	香菇蒸蛋 <small>香菇, 雞蛋, 蒸</small>	玉米干丁 <small>玉米粒Q, 豆乾丁, 炒</small>	蛋酥高麗 <small>高麗菜Q, 雞蛋, 炒</small>	產銷履歷	鮮筍大骨湯 <small>竹筍, 大骨, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
1/12	二	白飯	花生豬腳 <small>肉丁C, 豬腳Q, 花生, 煮</small>	洋芋雞茸 <small>馬鈴薯Q, 胡蘿蔔, 雞茸, 煮</small>	大根燒海結 <small>白蘿蔔, 海帶結, 燒</small>	有機蔬菜	綠豆芋圓湯 <small>綠豆, 芋圓, 煮</small>	5.5	2.4	2	2.4	723	0
1/14	四	白飯	蒜香大排 <small>里肌排Q, 煮</small>	香蔥菜甫蛋 <small>雞蛋Q, 青蔥, 菜甫, 炒</small>	敏豆肉末 <small>敏豆, 絞肉, 炒</small>	有機蔬菜	柴魚豆腐湯 <small>柴魚, 豆腐, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.3	705	0
1/15	五	小米飯	鹹酥雞 <small>雞丁C, 炸</small>	三杯油豆腐 <small>油豆腐, 炒</small>	芽菜炒肉絲 <small>豆芽菜Q, 肉絲, 炒</small>	有機蔬菜	玉米濃湯 <small>玉米粒, 胡蘿蔔, 馬鈴薯, 雞蛋, 煮</small>	5.4	2.4	2	2.3	712	0
1/18	一	白飯	叉燒肉 <small>叉燒肉, 烤</small>	芋香四寶 <small>玉米粒Q, 胡蘿蔔, 芋頭, 絞肉, 煮</small>	蘿蔔雞丁 <small>白蘿蔔Q, 雞丁, 炒</small>	產銷履歷	海芽蛋花湯 <small>海帶芽, 雞蛋, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
1/18	一	白飯 蔬食日	可樂餅 <small>可樂餅, 炸</small>	玉米彩繪 <small>玉米粒Q, 胡蘿蔔, 香菇, 馬鈴薯, 煮</small>	蘿蔔鴿蛋 <small>白蘿蔔Q, 鴿蛋, 炒</small>	產銷履歷	海芽蛋花湯 <small>海帶芽, 雞蛋, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
1/19	二	黑芝麻飯	紅燒雞翅 <small>雞翅C, 紅燒</small>	洋蔥肉絲 <small>洋蔥Q, 肉絲, 炒</small>	麻婆豆腐 <small>豆腐, 絞肉, 炒</small>	有機蔬菜	味噌蔬菜湯 <small>味噌, 蔬菜, 煮</small>	5.5	2.4	2	2.4	723	0

# 國琳團膳 110年2月菜單 莊敬國小

提供3章1Q及非基改食材

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	全穀雜糧類(份)	豆魚肉蛋類(份)	蔬菜類(份)	油類(份)	熱量	章Q	請款
2/18	四	白飯	藥膳土窯雞 <small>雞丁Q, 煮</small>	肉燥滷蛋 <small>肉燥, 滷蛋, 油</small>	肉絲高麗 <small>高麗菜Q, 肉絲, 炒</small>	有機蔬菜	酸辣湯 <small>豆腐, 胡蘿蔔, 雞蛋, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.5	714	0
2/19	五	紫米飯	蜜汁里肌 <small>里肌Q, 煮</small>	乾丁絞肉 <small>豆乾丁, 絞肉, 炒</small>	髮菜大白 <small>大白菜Q, 髮菜, 炒</small>	有機蔬菜	芹菜蘿蔔湯 <small>白蘿蔔, 芹菜, 煮</small>	5.2	2.4	2	2.4	702	0
2/22	一	地瓜飯	港式叉燒肉 <small>叉燒肉, 烤</small>	白玉雞球 <small>白蘿蔔Q, 雞丁, 炒</small>	玉米五彩 <small>玉米粒Q, 馬鈴薯, 胡蘿蔔, 絞肉, 青豆仁, 炒</small>	產銷履歷	昆布肉片湯 <small>昆布, 肉片, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
2/22	一	地瓜飯 蔬食日	脆皮豆腐 <small>豆腐, 炸</small>	白玉什錦 <small>白蘿蔔Q, 甜椒, 香菇, 炒</small>	玉米五彩 <small>玉米粒Q, 馬鈴薯, 胡蘿蔔, 絞肉, 青豆仁, 炒</small>	產銷履歷	昆布大骨湯 <small>昆布, 大骨, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.4	709	0
2/23	二	白飯	當歸養生雞 <small>雞丁, 煮</small>	蒸蛋 <small>雞蛋Q, 蒸</small>	梅干絞肉 <small>絞肉Q, 梅乾菜, 炒</small>	有機蔬菜	冬瓜薑絲湯 <small>冬瓜, 薑絲, 煮</small>	5.5	2.4	2	2.4	723	0
2/25	四	腰果炒飯	西西里燉肉 <small>肉丁C, 燉</small>	椒鹽二翅 <small>二翅, 炸</small>	開陽大瓜 <small>大黃瓜Q, 蝦米, 炒</small>	有機蔬菜	枸杞銀耳湯 <small>枸杞, 白木耳, 煮</small>	5.3	2.4	2	2.3	705	0
2/26	五	白飯	鮮魚排 <small>魚排, 煮</small>	黑胡椒雞柳 <small>雞柳Q, 炒</small>	雪菜肉末 <small>雪菜Q, 絞肉, 炒</small>	有機蔬菜	豆腐味噌湯 <small>豆腐, 味噌, 煮</small>	5.4	2.4	2	2.3	712	0

\*本菜單中含有過敏原物質(例:海鮮類, 雞蛋, 乳製品, 堅果類等), 請注意食用

營養師 李景惠

\* 2/23(二) 公糧米回饋水果一份



# 美味午餐

## 莊敬國小 110.1-2月午餐菜單

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	食材 種類	食材 數量	食材 種類	食材 數量	食材 種類	食材 數量	食材 種類	食材 數量
4		糙米飯	<b>咖哩肉丁</b> 肉丁(S) 馬鈴薯(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	鮮炒扁蒲 扁蒲(Q) 木耳(Q) 紅片(Q) 鱈魚丸(S) -炒	干片小炒 干片肉絲(S) -炒	產銷 履歷	結頭菜雞丁湯 結頭菜(Q) 雞丁(S)	6	2.4	2.1	2.5				765
		蔬食日 糙米飯	<b>燒嫩油腐</b> 油豆腐薑絲紅絲(Q) -燒	鮮炒扁蒲 扁蒲(Q) 木耳(Q) 紅片(Q) 鱈魚丸(S) -炒	洋芋咖哩 馬鈴薯(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	產銷 履歷	結頭菜雞丁湯 結頭菜(Q) 雞丁(S)	6	2.4	2.1	2.5				765
5	二	千島香鬆飯	<b>麻油雞</b> 雞丁(S) 高麗菜(Q) 豆管薑 -煮	絲瓜肉末寬粉 絲瓜(Q) 絞肉(S) 寬冬粉-煮	紅蔘炒蛋 紅蘿蔔(Q) 雞蛋(Q) -炒	有機 蔬菜	竹筍肉片湯 竹筍(T) 肉片(S)	5.8	2.5	2.1	2.5				759
7	四	什穀米飯	<b>古早味雞腿</b> 雞腿(S) -滷	莎莎肉醬 洋蔥(Q) 蕃茄(Q) 絞肉(S) -煮	香拌海干絲 海帶絲干絲芹菜(Q) -炒	有機 蔬菜	青木瓜湯 青木瓜(Q) 雞丁(S)	5.7	2.6	2	2.5				757
8	五	香Q白飯	<b>韓式肉片</b> 肉片(S) 大白菜(Q) -煮	菇炒小瓜 小黃瓜(Q) 鮮菇(Q) 紅蘿蔔(Q) -炒	雞米花 雞米花(S) -炸	有機 蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽雞蛋(Q) 薑絲	5.7	2.5	2	2.8				763
11		香Q白飯	<b>普羅旺斯燉肉</b> 肉丁(S) 南瓜(Q) 洋蔥(Q) -燉	韭香銀芽 豆芽菜(Q) 韭菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	麻婆豆腐 豆腐絞肉(S) -煮	產銷 履歷	玉米濃湯 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S)	5.7	2.6	2	2.5				757
		蔬食日 香Q白飯	<b>麻婆豆腐</b> 豆腐絞肉(S) -煮	韭香銀芽 豆芽菜(Q) 韭菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	蒸蛋 雞蛋(Q) -蒸	產銷 履歷	玉米濃湯 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S)	5.7	2.6	2	2.5				757
12	二	胚芽米飯	<b>香滷雞翅</b> 雞翅(S) -滷	咖哩肉燥 馬鈴薯(Q) 絞肉(S) -煮	蒜味海根 海帶根蒜-炒	有機 蔬菜	燒仙草 大豆花生綠豆Q圓	5.9	2.5	2	2.5				763
14	四	香Q白飯	<b>雙醬豬排</b> 豬排(S) -燒	蕃茄炒蛋 蕃茄(Q) 雞蛋(Q) -炒	紅仁炒高麗 高麗菜(Q) 紅蘿蔔(Q) -炒	有機 蔬菜	香菇雞湯 豬筍(Q) 香菇(Q) 雞丁(S)	6	2.4	2.2	2.5				768
15	五	燕麥飯	<b>三杯雞</b> 雞丁(S) 豆薯(Q) -煮	薑燒冬瓜 冬瓜(Q) 絞肉(S) 金針菇(Q) 薑-煮	海陸雙併 雞塊(S) 花枝丸(S) -炸	有機 蔬菜	海結排骨湯 海帶結排骨(S)	5.8	2.5	2.3	2.7				773
18		香Q白飯	<b>匈牙利燉肉</b> 肉丁(S) 洋蔥(Q) 甜椒(Q) -燉	鮮菇白菜 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	古早味油腐 小三角油腐絞肉(S) -滷	產銷 履歷	肉骨茶湯 豆薯(Q) 排骨(S)	5.8	2.5	2	2.5				756
		蔬食日 香Q白飯	<b>油腐肉末</b> 小三角油腐絞肉(S) -滷	鮮菇白菜 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	什炒絲瓜 絲瓜(Q) 寬冬粉-煮	產銷 履歷	肉骨茶湯 豆薯(Q) 排骨(S)	5.8	2.5	2	2.5				756
19	二	茄汁螺旋麵	<b>鐵路排骨</b> 排骨(S) -滷	鮮肉包 鮮肉包(S) -蒸	佛手炒肉絲 佛手瓜(Q) 肉絲(S) 木耳(Q) -炒	有機 蔬菜	馬鈴薯雞丁湯 馬鈴薯(Q) 雞丁(S) 青蔥	5.9	2.5	2	2.5				763
<b>2月菜單</b>															
18	四	香Q白飯	<b>安東燉雞</b> 雞丁(S) 馬鈴薯(Q) 小黃瓜(Q) 冬粉-燉	高麗炒肉片 高麗菜(Q) 肉片(S) 紅片(Q) -炒	蒜香海龍 海龍紅絲(Q) 蒜-炒	有機 蔬菜	玉米蛋花湯 玉米粒(S) 雞蛋(Q)	5.5	2.5	2.2	2.5				740
19	五	糙米飯	<b>銀蘿豬腩</b> 肉丁(S) 白蘿蔔(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	茄汁炒蛋 洋蔥(Q) 雞蛋(Q) -炒	酥炸雙味 貢丸(T) 花枝丸(S) -炸	有機 蔬菜	冬瓜雞丁湯 冬瓜(Q) 雞丁(S)	5.5	2.5	2	2.7				744
22		香Q白飯	<b>金黃咖哩豬</b> 肉丁(S) 南瓜(Q) -煮	油腐粉絲 油豆腐冬粉-煮	什炒扁蒲 扁蒲(Q) 魚卵捲(S) 木耳(Q) -炒	產銷 履歷	時蔬菇菇湯 高麗菜(Q) 鮮菇(Q) 肉絲(S)	5.7	2.5	2	2.5				749
		蔬食日 香Q白飯	<b>油腐粉絲</b> 油豆腐冬粉-煮	南瓜咖哩 南瓜(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	什炒扁蒲 扁蒲(Q) 魚卵捲(S) 木耳(Q) -炒	產銷 履歷	時蔬菇菇湯 高麗菜(Q) 鮮菇(Q) 肉絲(S)	5.7	2.5	2	2.5				749
23	二	胚芽米飯	<b>五香雞腿</b> 雞腿(S) -滷	紅麴肉燥 豆薯丁(Q) 絞肉(S) -煮	白菜滷 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 木耳(Q) -煮	有機 蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽雞蛋(Q)	5.5	2.5	2	2.5	1			785
25	四	香Q白飯	<b>蒜味豬排</b> 豬排(S) -燒	玉米炒蛋 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S) -炒	柴香白玉 蘿蔔(Q) 紅蘿蔔(Q) 肉片(S) 葫蘆捲-煮	有機 蔬菜	紅豆小湯圓 紅豆小湯圓	5.9	2.5	2.2	2.5				768
26	五	燕麥飯	<b>義式燉雞</b> 雞丁(S) 洋蔥(Q) -燉	芽菜三絲 豆芽菜(Q) 韭菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	麥香雞 雞胸堡(S) -炸	有機 蔬菜	馬鈴薯濃湯 馬鈴薯(Q) 紅蘿蔔(Q) 雞蛋(Q)	5.6	2.4	2.3	2.7				751

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供公糧米供餐，2/23(二)回饋水果。

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

# 裕民田精緻午餐

小國敬莊  
110年1.2月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜	湯品	全粒 綠豆 (份)	玉米 菜肉 (份)	蔬菜 類 (份)	油脂 類 (份)	熱量 (Kcal 1)			
1/1(五)元旦放假一日													
★	1/4	一	白米飯	薑汁燒豚肉 <small>肉片, 洋葱, 薑汁/煮</small>	芹香黑輪 <small>黑輪, 芹/炒</small>	紅蔥肉燥干丁 <small>絞肉, 干丁, 紅蔥頭/燒</small>	產銷 履歷 蔬菜	關東風味湯 <small>蘿蔔, 肉片, 玉米圈</small>	5 .4	2 .4	2 .0	2 .5	7 2 1
★	1/5	二	糙米香飯	迷迭香雞排 <small>迷迭香, 雞排/燒</small>	咖哩洋芋 <small>洋芋, 紅蘿蔔, 毛豆/煮</small>	砂鍋白菜滷 <small>白菜, 木耳, 紅蘿蔔/煮</small>	有機 蔬菜	日式豆腐湯 <small>豆腐, 柴魚, 味噌</small>	5 .4	2 .4	2 .1	2 .6	7 2 8
★	1/7	四	小米0飯	香酥豬排 <small>豬排/炸</small>	蝦燴大瓜 <small>大黃瓜, 蝦皮/煮</small>	青蔥菜脯炒蛋 <small>蛋, 青蔥, 菜脯/炒</small>	有機 蔬菜	紅麵線羹湯 <small>紅麵線, 肉羹, 筍絲, 紅絲</small>	5 .3	2 .5	2 .1	2 .6	7 2 8
★	1/8	五	白米飯	養生紅燒雞 <small>雞丁, 豆腐/燒</small>	滷味燙 <small>高麗菜, 筍, 豆皮/煮</small>	蒜味脆皮豆腐 <small>豆腐, 蒜/燒</small>	有機 蔬菜	冬瓜肉片湯 <small>冬瓜, 肉片</small>	5 .2	2 .6	2 .2	2 .5	7 2 7
★	1/11	一	地瓜蒸飯	食補薑母鴨 <small>鴨丁, 高麗, 枸杞</small>	味噌油豆腐 <small>油豆腐, 味噌, 蔥/燒</small>	鐵板銀芽肉絲 <small>豆芽, 肉絲, 韭菜, 紅蘿蔔/炒</small>	產銷 履歷 蔬菜	紫菜小魚湯 <small>紫菜, 小魚乾, 薑</small>	5 .5	2 .6	2 .1	2 .5	7 4 5
★	1/12	二	白米飯	多汁香酥雞翅 <small>雞翅/炸</small>	紅蘿蔔烘蛋 <small>蛋, 紅蘿蔔, 起司/炒</small>	杏鮑菇洋芋 <small>杏鮑菇, 洋芋/煮</small>	有機 蔬菜	綠豆湯 <small>綠豆, 00</small>	5 .1	2 .6	2 .2	2 .6	7 2 4
★	1/14	四	家傳肉燥 麵	黑胡椒大排 <small>豬排/燒</small>	香噴噴滷肉 <small>絞肉, 干丁/煮</small>	芋香木須白菜 <small>大白菜, 蛋, 芋頭, 木耳/炒</small>	有機 蔬菜	玉米濃湯 <small>玉米, 蛋</small>	5 .5	2 .4	2 .1	2 .6	7 3 5
★	1/15	五	白米飯	塔香三杯雞丁 <small>雞丁, 米血, 九層塔/炒</small>	黃金地瓜脆薯 <small>地瓜條/燒</small>	蘿蔔和風煮 <small>白蘿蔔, 紅蘿蔔/煮</small>	有機 蔬菜	田園羅宋湯 <small>高麗菜, 番茄, 洋葱, 蛋</small>	5 .3	2 .3	2 .3	2 .6	7 1 8
★	1/18	一	白米飯	美式脆雞 <small>雞肉/炸</small>	玉米四喜 <small>玉米, 洋芋, 紅蘿蔔/煮</small>	紹子燒豆腐 <small>豆腐, 絞肉, 毛豆, 菜脯/燒</small>	產銷 履歷 蔬菜	海芽蛋花湯 <small>海帶芽, 蛋</small>	5 .4	2 .6	2 .0	2 .6	7 4 0
★	1/19	二	白米飯	蔥燒排骨 <small>排骨, 蔥/燒</small>	香Q茶蛋 <small>蛋, 絞肉/滷</small>	蝦香扁蒲 <small>扁蒲, 紅蘿蔔, 蝦皮/煮</small>	有機 蔬菜	蘿蔔魚丸湯 <small>蘿蔔, 魚丸</small>	5 .3	2 .6	2 .2	2 .5	7 3 4
寒假開始 春節愉快													
★	2/18	四	芝麻0飯	沙茶小肉片 <small>肉片, 沙茶, 洋葱/炒</small>	麥香雞堡排 <small>雞堡排/炸</small>	時蔬高麗 <small>高麗/炒</small>	有機 蔬菜	當歸肉片湯 <small>當歸, 蘿蔔, 肉片</small>	5 .2	2 .6	2 .0	2 .6	7 2 6
★	2/19	五	白米飯	西打香滷雞翅 <small>雞翅/滷</small>	洋蔥烘蛋 <small>蛋, 洋葱/炒</small>	鮮炒蕪菁 <small>蕪菁, 紅蘿蔔/炒</small>	有機 蔬菜	味噌豆腐湯 <small>味噌, 小魚乾, 豆腐</small>	5 .1	2 .5	2 .3	2 .6	7 1 9
★	2/22	一	白米飯	拿坡里燉肉 <small>肉丁, 洋葱, 番茄/燉</small>	紅燒獅子頭 <small>獅子頭, 蔬菜/燒</small>	金黃玉米毛豆 <small>玉米, 毛豆, 馬鈴薯/煮</small>	產銷 履歷 蔬菜	韓式海結湯 <small>海結, 黃豆芽, 肉片</small>	5 .4	2 .4	2 .0	2 .6	7 2 5
★	2/23	二	起司肉醬 義大利麵	秘方滷翅小腿*2 <small>雞翅/燒</small>	酸甜黃金蛋 <small>黃金蛋, 彩椒/燒</small>	菇菇燴黃瓜 <small>黃瓜, 菇/燴</small>	有機 蔬菜	港式酸辣湯 <small>豆腐, 筍絲, 紅絲</small>	5 .2	2 .6	2 .1	2 .5	7 2 4
★	2/25	四	白米飯	日式炸豬排 <small>豬排/炸</small>	瓜仔肉燥 <small>絞肉, 碎瓜/煮</small>	白玉蘿蔔 <small>蘿蔔, 紅蘿蔔/煮</small>	有機 蔬菜	燒仙草 <small>仙草汁, 芋圓, 翠豆</small>	5 .1	2 .6	2 .2	2 .6	7 2 4
★	2/26	五	小米0飯	旺旺糖醋雞 <small>雞丁, 洋葱/炒</small>	客家小炒 <small>豆干, 乾魷魚, 芹, 肉絲/炒</small>	韭菜豆芽 <small>豆芽, 韭菜/炒</small>	有機 蔬菜	南瓜濃湯 <small>南瓜, 玉米, 蛋</small>	5 .4	2 .5	2 .1	2 .5	7 3 1

★ 標示為三章-0申請日 / 營養師 李佳芸  
\*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。



# 全盛美食110年1+2月菜單 莊敬國小

◎公司地址：新北市樹林區保安街三段1巷1號 電話：02-26884900 ◎營養師：許金鳳,侯欣怡,陳雅婷,張韻瑩,周詩祐,陳坤志

★為提供各位師長及同學更好的餐點品質，本公司使用非基因改造黃豆及玉米製品進行烹調，請大家安心食用★

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	附餐	全穀類	豆魚肉類	油脂類	蔬菜類	熱量	
4	一	雜糧飯 白米,燕麥,麥片	筍香豬腳 豬肉,豬腳,筍乾-燒	海山醬龍鳳腿 龍鳳腿-滷(X1)	雙色青花 青花,木耳,紅蘿蔔-炒	履歷 蕃茄雞湯 蕃茄,洋蔥,雞肉	5	2	2	2	7	3
	蔬食日	雜糧飯 白米,燕麥,麥片	三杯巧蛋包 巧蛋包-煮(X1)	酸菜炒豆干 豆干,酸菜-炒	雙色青花 青花,木耳,紅蘿蔔-炒	履歷 蕃茄洋蔥湯 蕃茄,洋蔥	5	2	2	2	7	3
5	二	白飯 白米	沙茶燒雞 雞肉,洋蔥,沙茶醬-燒	蒸蛋 雞蛋-蒸	塔香海茸 海茸,九層塔-煮	有機 蘿蔔排骨湯 白蘿蔔,排骨	5	2	2	2	7	2
7	四	糙米飯 糙米,白米	起司豬排 起司豬排-炸(X1)	咖哩洋芋 馬鈴薯,紅蘿蔔,咖哩-燒	清炒高麗 高麗菜,紅蘿蔔,木耳-炒	有機 味噌豆腐湯 豆腐,海帶芽,味噌	5	2	2	2	7	5
8	五	白飯 白米	鹹水雞 雞肉,玉米筍-煮	打拋醬燉肉 豬肉,豆干,蕃茄,九層塔-煮	毛豆鮮筍 竹筍,毛豆,紅蘿蔔-炒	有機 冬瓜薑絲湯 冬瓜,洋蔥仁,薑絲	5	2	2	2	7	4
11	一	什錦炒麵 時蔬,麵	醬香雞排 雞排-滷(X1)	地瓜薯條 地瓜薯條-炸	木耳滑瓜 扁蒲,木耳-煮	履歷 豆薯雞湯 豆薯,雞肉	5	2	2	2	7	5
	蔬食日	什錦炒麵 時蔬,麵	毛豆木耳炒蛋 雞蛋,木耳,毛豆仁-炒	地瓜薯條 地瓜薯條-炸	木耳滑瓜 扁蒲,木耳-煮	履歷 豆薯燉湯 豆薯	5	2	2	2	7	5
12	二	麥片飯 麥片,白米	豉汁蔥燒雞 雞肉,時蔬,蔥-燒	紅燒油豆腐 油豆腐,紅蘿蔔-燒	金菇白菜 大白菜,金針菇,木耳-煮	有機 銀耳桂圓湯 白木耳,桂圓	5	2	2	2	7	3
14	四	白飯 白米	薑汁燒肉 豬肉,薑-燒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋,紅蘿蔔,青豆仁-炒	枸杞時瓜 時瓜,香菇,枸杞-燉	有機 結菜燉湯 結頭菜	5	2	2	2	7	3
15	五	地瓜飯 地瓜,白米	叉燒豬肉條 叉燒肉-烤	蔥燒百頁雞 百頁豆腐,雞肉,蔥-燒	肉燥豆芽 豆芽,絞肉,韭菜,紅蘿蔔-炒	有機 麵線羹 時蔬,麵線,木耳	5	2	2	2	7	4
18	一	白飯 白米	雞肉親子丼 雞肉,雞蛋,洋蔥,柴魚片-燒	塔香豬肉豆干 豆干,豬肉,九層塔-滷	蔥炒高麗 高麗菜,木耳,蔥-炒	履歷 鮮瓜排骨湯 鮮瓜,排骨,薑絲	5	2	2	2	7	3
	蔬食日	白飯 白米	番茄炒蛋 雞蛋,蕃茄-炒	塔香豆干 豆干,九層塔-滷	蔥炒高麗 高麗菜,木耳,蔥-炒	履歷 鮮瓜燉湯 鮮瓜,薑絲	5	2	2	2	7	3
19	二	蘑菇肉醬 義大利麵 豬肉,時蔬,義大利麵	乾燒翅小腿 翅小腿-燒(X2)	香酥雞塊 雞塊-炸(X2)	玉米筍炒菇 鮮菇,玉米筍,時蔬-炒	有機 南瓜濃湯 南瓜,雞蛋,紅蘿蔔	5	2	2	2	7	3
結業式-放寒假了~												
18	四	白飯 白米	咖哩燉雞 雞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔-煮	野菜花枝揚 時蔬,花枝揚,紅蘿蔔-炒	豆皮白菜 大白菜,豆皮,木耳-煮	有機 結頭排骨湯 結頭菜,排骨	5	2	2	2	7	4
19	五	芝麻飯 芝麻,白米	肉骨茶燉肉 豬肉,時蔬,肉骨茶包-煮	肉茸燒豆腐 豆腐,絞肉,紅蘿蔔-煮	香芋玉米 芋頭,馬鈴薯,玉米,紅蘿蔔-炒	有機 蛋花湯 蔬菜,雞蛋	5	2	2	2	7	4
22	一	白飯 白米	檸檬燒雞 雞肉,檸檬汁-燒	客家豬肉小炒 豆干,豬肉,魷魚,芹菜-炒	小瓜炒涼皮 小黃瓜,鮮菇,涼皮,木耳-炒	履歷 蘿蔔排骨湯 白蘿蔔,排骨	5	2	2	2	7	3
	蔬食日	白飯 白米	蠔油滷蛋 雞蛋-滷(X1)	客家小炒 豆干,時蔬,芹菜-炒	小瓜炒涼皮 小黃瓜,鮮菇,涼皮,木耳-炒	履歷 蘿蔔燉湯 白蘿蔔,紅蘿蔔	5	2	2	2	7	3
23	二	地瓜飯 地瓜,白米	芝麻醬肉片 豬肉,時蔬,芝麻醬-煮	玉米炒蛋 雞蛋,玉米,青豆仁-炒	脆炒高麗 高麗菜,木耳-炒	有機 豆腐味噌湯 豆腐,海帶芽,味噌	5	2	2	2	7	4
25	四	麥片飯 麥片,白米	冬瓜爛肉 豬肉,冬瓜-燒	塔香豆腐燒雞 雞肉,豆腐,九層塔-燒	玉筍花椰 青花,玉米筍,紅蘿蔔-炒	有機 紅豆湯圓 紅豆,湯圓	5	2	2	2	7	3
26	五	客家炒麵 豬肉,時蔬,麵條	烤肉醬雞翅 雞翅-燒(X1)	彩蔬蝦球 時蔬,蝦球,紅蘿蔔-炒	脆炒馬鈴薯 馬鈴薯,紅蘿蔔-炒	有機 扁蒲肉絲湯 扁蒲,豬肉	5	2	2	2	7	5

★本廠一律使用「國產生鮮肉品」，產地：台灣。★

【結頭菜】大頭菜(球莖甘藍、結頭菜)，亦稱「菜叩」。結頭菜水分足夠、低熱量，而每100公克含52.7毫克維生素C，幫助抗氧化，而有助神經細胞調節的鉀、維護骨骼與牙齒組織的磷和鈣，另外亦有鈉、鎂等礦物質都是優秀的營養素，在秋冬選它作蔬菜日常補充相當合適。

# 全盛美食有限公司 函

地址：新北市樹林區保安街三段1巷1號  
聯絡方式：(0)02-2688-4900

受文者：桃園市桃園區莊敬國民小學

發文日期：中華民國 109 年 12 月 29 日

發文字號：盛(業)字第 1091229073

附件：無

主旨：更改 110 年 01 月 04.07 日菜單。

說明：

因配合行政院農委會『推動學校午餐全面使用國產可溯源食材』，因此調整部分菜色，如下表：

日期	原菜色	更改後菜色	更改後食材
01/04	海山醬 龍鳳腿	海苔香鬆 花枝丸	花枝丸. 海苔香鬆 (滷)
01/04	三杯巧蛋包	三杯虎皮蛋	雞蛋. 九層塔
01/07	起司豬排	炸金黃豬排	豬排

負責人：彭盛焜

