

# 勝騏5月 興大附農 午餐菜單

日期			5月1日		(三)		5月2日		(四)		5月3日		(五)	
	主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	小米飯(蒸)	白米	白米	小米	
主菜	黃金雞腿(炸)	雞腿	蔥爆豬柳(煮)	豬柳 洋葱 紅蘿蔔 蔥	茄汁魚片(煮)	紅蘿蔔 蕃茄 水沙魚片								
副菜1	客家小炒(炒)	肉絲 豆干 芹菜	蔥燒粉絲(炒)	冬粉 絞肉 紅蘿蔔 木耳 青蔥 高麗菜	田園四喜(煮)	紅蘿蔔 玉米 青豆仁 火腿								
副菜2	茶香黑干(滷)	豆干 花生 青豆仁 紅蘿蔔	青蔥菜脯炒蛋(炒)	菜脯 青蔥 雞蛋	塔香炒蛋(炒)	九層塔 雞蛋								
青菜	奶香花椰菜(炒)	花椰菜 螺旋麵 紅蘿蔔	有機黑葉白菜(炒)	有機黑葉白菜	有機青松葉(炒)	有機青松葉								
湯品	花生湯圓(煮)	紅白小湯圓 花生仁	菇菇雞湯(煮)	骨腿丁 香菇 鴻喜菇	南瓜濃湯(煮)	南瓜 雞蛋 洋芋 紅蘿蔔								
熱量	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6
鈉	116	27	116	27	116	27	116	27	116	27	116	27	116	27
日期	5月6日		5月7日		5月8日		5月9日		5月10日					
主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	青醬義大利麵(煮)	蕃薯麵 杏鮑菇 洋葱 九層塔 蒜泥 絞肉	白米飯(蒸)	白米	五穀飯(蒸)	米 糙米粒				
主菜	五香嫩雞翅(烤)	三節翅	辣味腿肉排(烤)	雞腿排 辣椒干	椒鹽豬排(炸)	肉排	糖醋魚片(煮)	水沙魚片 青蔥 甜椒	照燒雞排(烤)	雞腿排				
副菜1	番茄炒蛋(炒)	蕃茄 雞蛋	蝦米燒瓜(煮)	蒲瓜 蝦皮 木耳 紅蘿蔔 肉片	美味關東煮(煮)	米血 白蘿蔔 薑片 黑輪	咖哩肉角(煮)	洋芋 紅蘿蔔 肉角 青豆仁	蔥燒甜不辣(煮)	甜不辣 紅蘿蔔 青蔥 木耳				
副菜2	蒲瓜鮮匯(煮)	蒲瓜 木耳 紅蘿蔔	筍香肉末(煮)	絞肉 青豆仁 豆輪 竹筍	玉米可樂餅(烤)	玉米可樂餅	彈牙福州丸(煮)	福州丸 魚板絲 雞蛋 台芹	Q彈滷蛋(滷)	水煮蛋 滷包				
青菜	空心菜(炒)	空心菜	有機皺葉白菜(炒)	有機皺葉白菜	產銷A菜(炒)	產銷A菜	有機青江菜(炒)	有機青江菜	有機小松葉(炒)	有機小松葉				
湯品	玉米濃湯(煮)	玉米 雞蛋 紅蘿蔔 洋葱	山藥雞湯(煮)	山藥 骨腿丁	綠豆湯(煮)	綠豆	薑絲大瓜湯(煮)	薑絲 大黃瓜 枸杞	四神湯(煮)	山藥 薏仁 蓮子 龍骨丁 四神中藥包				
熱量	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6				
鈉	116	27	116	27	116	27	116	27	116	27				
日期	5月13日		5月14日		5月15日		5月16日		5月17日					
主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	五穀飯(蒸)	白米 五穀米				
主菜	蔥燒肉片(煮)	青蔥 肉片 洋葱 紅蘿蔔	椒鹽魚片(煮)	水沙魚片	脆皮雞翅(炸)	三節翅	味噌豬排(煮)	豬肉排	BBQ腿排(烤)	生鮮雞腿排				
副菜1	高麗菜菇片(炒)	高麗菜 杏鮑菇	紅燒肉丸子(煮)	紅蘿蔔 獅子頭 大白菜 木耳	鮮炒大瓜(煮)	大黃瓜 木耳 紅蘿蔔 赤肉羹	香菇豆輪(煮)	香菇 豆輪 白蘿蔔 薑片	洋芋肉末(煮)	洋芋 絞肉 紅蘿蔔 青豆仁				
副菜2	菜脯炒蛋(炒)	菜脯 雞蛋	香菇蒸蛋(蒸)	香菇 雞蛋	芹香匯炒(煮)	紅蘿蔔 香菇 豆干 木耳 芹菜 魚板	開陽白菜(煮)	大白菜 蝦米 紅蘿蔔 香菇	螞蟻上樹(煮)	高麗菜 冬粉 木耳 紅蘿蔔				
青菜	有機莧菜(炒)	有機莧菜	蠶絲花菜(炒)	花椰菜 蠶絲 紅蘿蔔	產銷大陸妹(炒)	產銷大陸妹	有機空心菜(炒)	有機空心菜	有機黑葉白菜(炒)	有機黑葉白菜				
湯品	肉骨茶湯(煮)	龍骨丁 白蘿蔔 紅蘿蔔	酸辣湯(煮)	雞蛋 豆腐 金針菇 木耳 筍絲	冬瓜芋圓(煮)	冬瓜 芋圓	玉米排骨湯(煮)	玉米 龍骨丁	紅棗雞湯(煮)	紅棗 骨腿丁 秀珍菇				
熱量	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6				
鈉	116	27	116	27	116	27	116	27	116	27				
日期	5月20日		5月21日		5月22日		5月23日		5月24日					
主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	番茄肉醬義大利麵(煮)	洋葱 小烏龍 絞肉 三色豆	白米飯(蒸)	白米	紫米飯(蒸)	白米 紫米飯				
主菜	和風腿排(烤)	雞腿排	咕咕蜜肉(煮)	肉角 地瓜 芝麻	日式炸豬排(炸)	豬排	三杯魚片(煮)	水沙魚片 九層塔 青蔥	芝麻烤雞翅(烤)	棒腿				
副菜1	洋葱炒蛋(炒)	洋葱 雞蛋	香烤柳葉魚(烤)	柳葉魚	鮑菇豆干(炒)	豆干 紅蘿蔔 杏鮑菇 木耳	奶焗洋芋(煮)	洋芋 紅蘿蔔 培根 青豆仁	古早味白菜滷(煮)	紅蘿蔔 木耳 大白菜 大豆皮				
副菜2	蔥燒豆包(煮)	豆包 洋葱 青蔥	大滷桶(煮)	百頁豆腐 烏蛋 黑輪 米血	銅鑼燒(烤)	銅鑼燒	嫩炒筍茸(炒)	筍茸 朴菜絲 絞肉	鐵板豆腐(煮)	豆腐 紅蘿蔔 甜豆莢				
青菜	產銷芥菜(炒)	產銷芥菜	有機青松葉(炒)	有機青松葉	雙色花椰(炒)	青花菜 白花菜 木耳 紅蘿蔔 豬肉絲	有機皺葉白菜(炒)	有機皺葉白菜	有機青江菜(炒)	有機青江菜				
湯品	洋芋濃湯(煮)	洋芋 洋葱 紅蘿蔔 雞蛋	南瓜濃湯(煮)	南瓜 洋葱	紅豆西谷米(煮)	紅豆 西谷米	蕃茄蛋花湯(煮)	蕃茄 雞蛋	香菇雞湯(煮)	香菇 骨腿丁				
熱量	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6	809.4	25.6				
鈉	116	27	116	27	116	27	116	27	116	27				
日期	5月27日		5月28日		5月29日		5月30日		5月31日					
主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	五穀飯(蒸)	白米 五穀米				
主菜	五香豬排(烤)	豬排	鐵板豬柳(煮)	豬柳 洋葱 青蔥	蜜汁雞腿(烤)	棒腿	蒜泥白肉(煮)	肉片 蒜泥	酸甜魚片(煮)	水沙魚片 紅蘿蔔 蕃茄				
副菜1	酸甜豆包(煮)	洋菇 小豆包 紅蘿蔔	小魚干片(炒)	小魚乾 青椒 豆干 油花生	麻香素雞(煮)	素雞 紅蘿蔔	雙色甜條(煮)	甜不辣 紅蘿蔔 青蔥 香菇	爆香米血(煮)	米血 杏鮑菇 薑片				
副菜2	鮑菇脆瓜(煮)	杏鮑菇 小黃瓜 魚板	四色玉米(煮)	玉米 紅蘿蔔 洋芋 青豆仁	紅燒雙結(煮)	豆皮結 海帶結 紅蘿蔔 白蘿蔔 油豆腐	蘿蔔肉羹(煮)	木耳 白蘿蔔 肉羹 紅蘿蔔	洋葱滷蛋(煮)	洋葱 雞蛋				
青菜	大陸妹(炒)	大陸妹	有機小松葉(炒)	有機小松葉	產銷小白菜(炒)	產銷小白菜	有機莧菜(炒)	有機莧菜	有機空心菜(炒)	有機空心菜				
湯品	羅宋湯(煮)	洋芋 洋葱 蕃茄 紅蘿蔔	菜頭排骨湯(煮)	菜頭 龍骨丁	百香QQ(煮)	百香果汁 QQ脆圓	酸菜肉片湯(煮)	酸菜 肉片 薑絲 白蘿蔔	韓式豆芽湯(煮)	豆芽 海帶芽 骨腿丁				
熱量	796.3	25.4	809.4	25.6	809.4	25.6	783	25.6	789.6	26.4				
鈉	115.4	25.9	116	27	116	27	113	25.4	112.5	29				