

勝騏6月 興大附農 午餐菜單

日期	6月3日 (一)		6月4日 (二)		6月5日 (三)		6月6日 (四)		6月7日 (五)	
主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	炸醬麵(炒)	紅蘿蔔 紅蔥碎 絞肉 豆干 白油麵	白米飯(蒸)	白米	端午節連假	
主菜	蜜汁雞翅(烤)	三節翅 芝麻粒	紅燒排骨(煮)	肉角 軟骨丁 紅蘿蔔 白蘿蔔	宮保雞丁(煮)	洋蔥 油花生 全胸丁	港式叉燒(烤)	赤肉條		
副菜1	麻婆豆腐(煮)	薄豆腐 青豆仁 青蔥	香菇瓠瓜(煮)	香菇 蒲瓜 紅蘿蔔	什錦關東煮(煮)	黑豆干 紅蘿蔔 水晶餃 白蘿蔔	毛豆筍丁(煮)	絞肉 豆干 碎豆輪 香菇 毛豆仁		
副菜2	香Q滷蛋(滷)	水煮蛋 香菇肉燥 毛豆仁 火腿丁	田園三喜(煮)	紅蘿蔔 芋頭 絞肉 洋地瓜	銅鑼燒(烤)	銅鑼燒	番茄炒蛋(炒)	番茄 雞蛋		
青菜	產銷大陸妹(炒)	產銷大陸妹	有機黑葉白菜(炒)	有機黑葉白菜	產銷A菜(炒)	產銷A菜	有機青松葉(炒)	有機青松葉		
湯品	南瓜濃湯(煮)	紅蘿蔔 南瓜 雞蛋 洋芋	當歸鴨湯(煮)	鴨丁 枸杞 白蘿蔔 中藥包	山粉圓甜湯(煮)	山粉圓	新竹貢丸湯(煮)	紅蘿蔔 白蘿蔔 貢丸		
熱量	熱量: 797.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 812.9 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 783 糖類: 11.3	蛋白質: 25.6 脂肪: 25.4		
日期	6月10日 (一)		6月11日 (二)		6月12日 (三)		6月13日 (四)		6月14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	燕麥飯(蒸)	白米 燕麥粒
主菜	豆豉排骨(煮)	軟骨丁 紅蘿蔔 肉角	泰式椒麻雞(煮)	蒜碎 全胸丁 檸檬汁	咕咾蜜肉(煮)	地瓜 熟白芝麻粒 肉角	北京烤鴨(烤)	鴨丁	洋蔥豬柳(煮)	青蔥 豬柳條 洋蔥
副菜1	玉米炒蛋(炒)	玉米 雞蛋 木耳 紅蘿蔔	綜合三杯(煮)	油豆腐 九層塔 杏鮑菇 米血	黃瓜魷魚(煮)	大黃瓜 肉羹 水發魷魚翅	瓜子肉燥(煮)	絞肉 青豆仁 碎地瓜 豆干 香菇 碎豆輪	嫩炒筍茸(炒)	筍茸 絞肉 朴菜絲
副菜2	法式焗花椰(煮)	青花菜 紅蘿蔔 洋芋	芹香輪片(炒)	西洋芹 紅蘿蔔 黑輪 木耳	酸甜豆包(煮)	紅甜椒 洋蔥 紅蘿蔔 小豆包	培根高麗菜(炒)	高麗菜 培根 木耳 紅蘿蔔	紅燒肉丸子(煮)	紅蘿蔔 獅子頭 大白菜 木耳
青菜	有機皺葉白菜(炒)	有機皺葉白菜	空心菜(炒)	空心菜	產銷青江菜(炒)	產銷青江菜	有機小松葉(炒)	有機小松葉	有機莧菜(炒)	有機莧菜
湯品	酸辣湯(煮)	雞蛋 薄豆腐 金針菇 筍絲 木耳 紅蘿蔔	金針肉絲湯(煮)	金針 肉絲	仙草凍奶茶(煮)	仙草凍 紅茶包 全脂奶粉	白玉豆皮雞湯(煮)	白蘿蔔 紅蘿蔔 骨髓丁 大豆皮	枸杞冬瓜湯(煮)	冬瓜 枸杞 龍骨丁
熱量	熱量: 797.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 812.9 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 783 糖類: 11.3	蛋白質: 25.6 脂肪: 25.4	熱量: 789.6 糖類: 11.2.5	蛋白質: 26.4 脂肪: 26
日期	6月17日 (一)		6月18日 (二)		6月19日 (三)		6月20日 (四)		6月21日 (五)	
主食	白米飯(蒸)	白米	白米飯(蒸)	白米	古早味油飯(蒸)	糯米 肉絲 香菇 皮絲 紅蔥碎 水煮熟花生	白米飯(蒸)	白米	五穀飯(蒸)	白米 五穀米
主菜	左宗棠雞(煮)	全胸丁 青椒 甜椒	烤肉醬豬肉(烤)	韓式年糕 紅蘿蔔 豬柳條	糖醋雞丁(煮)	洋蔥 甜椒 全胸丁	洋蔥虱目魚柳(煮)	虱目魚柳 洋蔥 青蔥	滷香豬排(滷)	豬排
副菜1	洋蔥炒蛋(炒)	洋蔥 雞蛋 紅蘿蔔 木耳	螞蟻上樹(煮)	絞肉 高麗菜 冬粉 木耳 紅蘿蔔	海帶三絲(炒)	豆干絲 海帶絲 西洋芹	玉米滑蛋(煮)	玉米 雞蛋 紅蘿蔔 木耳	茄汁甜不辣(炒)	甜不辣 洋蔥
副菜2	素丸燒瓜(炒)	蒲瓜 木耳 小清丸	香香柳葉魚(炸)	柳葉魚	紅豆烤派(烤)	紅豆烤派	泰式打拋豬(煮)	絞肉 洋蔥 番茄 九層塔 蒜碎	芋香絞肉(煮)	芋頭 絞肉 竹筍 毛豆仁
青菜	產銷芥藍菜(炒)	產銷芥藍菜	有機空心菜(炒)	有機空心菜	油菜(炒)	油菜	有機黑葉白菜(炒)	有機黑葉白菜	有機皺葉白菜(炒)	有機皺葉白菜
湯品	香菇皮絲湯(煮)	香菇 紅蘿蔔 皮絲	玉米排骨湯(煮)	玉米 龍骨丁 白蘿蔔	冬瓜芋圓湯(煮)	冬瓜塊 芋圓	芋頭米粉湯(煮)	虱目魚丸 米粉 高麗菜 西洋芹 芋頭	清水羹湯(煮)	赤肉羹 筍絲 台芹 雞蛋
熱量	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 783 糖類: 11.3	蛋白質: 25.6 脂肪: 25.4	熱量: 789.6 糖類: 11.2.5	蛋白質: 26.4 脂肪: 26
日期	6月24日 (一)		6月25日 (二)		6月26日 (三)		6月27日 (四)		6月28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 小米
主菜	三杯雞丁(煮)	骨髓丁 青蔥 紅蘿蔔 九層塔	蔥爆肉片(炒)	洋蔥 紅蘿蔔 青蔥 肉片	紅燒豬腩(煮)	肉角 白蘿蔔 紅蘿蔔	辣子雞丁(煮)	紅蘿蔔 骨髓丁 油花生 油豆腐	糖醋排骨(煮)	軟骨丁 肉角 地瓜 熟白芝麻粒
副菜1	番茄滑蛋(炒)	番茄 雞蛋	冬瓜什錦(煮)	冬瓜 紅蘿蔔 赤肉羹 薑絲	筍丁肉末(炒)	青豆仁 絞肉 碎豆輪 竹筍	塔香海茸(炒)	西洋芹 海茸 九層塔	咖哩粉絲(炒)	冬粉 紅蘿蔔 木耳 青蔥 高麗菜
副菜2	烏龍黑干(煮)	黑豆干 海帶結 水煮熟花生	香脆輪條(炒)	黑輪 玉米筍 長豆	酸甜豆包(煮)	豆包 甜椒 紅蘿蔔	番茄豆腐(煮)	薄豆腐 番茄	海芽炒蛋(炒)	海芽 雞蛋
青菜	產銷大陸妹(炒)	產銷大陸妹	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	鹿港麵線糊(煮)	大豆皮 紅蘿蔔 筍絲 紅麵線 木耳	酸菜鴨肉湯(煮)	鴨丁 酸菜絲 金針菇	百香QQ(煮)	QQ脆圓 百香果濃縮汁	大瓜魚丸湯(煮)	虱目魚丸 大黃瓜	山藥雞湯(煮)	骨髓丁 山藥
熱量	熱量: 796.3 糖類: 11.4	蛋白質: 25.4 脂肪: 25.9	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 809.4 糖類: 11.6	蛋白質: 25.6 脂肪: 27	熱量: 783 糖類: 11.3	蛋白質: 25.6 脂肪: 25.4	熱量: 789.6 糖類: 11.2.5	蛋白質: 26.4 脂肪: 26