



香豪佳食品有限公司 午餐菜單

附農

2019/6/3 (一) 2019/6/4 (二) 2019/6/5 (三) 2019/6/6 (四) 2019/6/7 (五)

白飯
茄汁魚
麻辣豆腐
三色滷蛋

小米飯
蒜泥白肉
朴菜肉燥
枸杞絲瓜

香腸炒飯
羅勒雞腿
魷魚小炒
脆皮波蘿

糙米飯
鳳梨咕咾肉
蔥燒獅子頭
家常豆腐

端午節



青菜
味噌海芽湯

青菜
筍絲排骨湯

青菜
綠豆QQ圓

青菜
榨菜三絲湯

熱量 797
糖類 96 蛋白質 45 脂肪 26
2019/6/10 (一)

熱量 705
糖類 108 蛋白質 31 脂肪 18
2019/6/11 (二)

熱量 657
糖類 88 蛋白質 23 脂肪 25
2019/6/12 (三)

熱量 551
糖類 80 蛋白質 25 脂肪 15
2019/6/13 (四)

2019/6/14 (五)

白飯
黃金里肌排
日式咖哩
彩椒豆干

紫米飯
蘑菇里肌
三色燴蛋
魷魚鮮筍羹

白飯
匈牙利雞翅
蝦皮胡瓜
清蒸豆腐

糙米飯
五香雞排
海帶雙色
鮮菇三鮮

白飯
壽喜燒肉
烘烤柳葉魚
洋芋三色

青菜
玉米濃湯
熱量 705
糖類 108 蛋白質 31 脂肪 18
2019/6/17 (一)

青菜
黃豆芽肉絲湯
熱量 662
糖類 98 蛋白質 27 脂肪 18
2019/6/18 (二)

青菜
地瓜芋圓湯
熱量 640
糖類 102 蛋白質 29 脂肪 14
2019/6/19 (三)

青菜
菜頭玉米湯
熱量 694
糖類 102 蛋白質 31 脂肪 18
2019/6/20 (四)

青菜
冬菜粉絲湯
熱量 704
糖類 107 蛋白質 33 脂肪 16
2019/6/21 (五)

白飯
義式腿排
南瓜炒蛋
蔥爆干片

燕麥飯
蔥燒肉排
義式肉醬
綜合彩繪

什錦炒麵
蜜香雞腿
泡菜鍋
蛋塔

糙米飯
蔥爆肉片
南洋咖哩
五香滷味

白飯
糖醋雞丁
沙茶豆干
鮮筍肉羹

青菜
冬瓜鮮菇湯
熱量 765
糖類 113 蛋白質 31 脂肪 22
2019/6/24 (一)

青菜
紫菜薑絲湯
熱量 681
糖類 98 蛋白質 28 脂肪 21
2019/6/25 (二)

青菜
綠豆粉條
熱量 640
糖類 102 蛋白質 29 脂肪 14
2019/6/26 (三)

青菜
日式味噌湯
熱量 725
糖類 99 蛋白質 33 脂肪 22
2019/6/27 (四)

青菜
酸辣濃湯
熱量 702
糖類 97 蛋白質 29 脂肪 23
2019/6/28 (五)

白飯
卡啦雞堡
洋蔥炒蛋
肉片拌鮮瓜

薏仁飯
紅燒豬肉
肉燥冬粉
什錦彩繪

白飯
蔥香雞腿
客家小炒
紅油燜筍

糙米飯
蔥爆豬柳
肉燥滷蛋
時蔬鮮燴

白飯
香煎里肌
五香肉燥
芹菜拌黑輪

青菜
菜頭油腐湯
熱量 654
糖類 98 蛋白質 27 脂肪 17

青菜
金針三絲湯
熱量 762
糖類 100 蛋白質 35 脂肪 25

青菜
紅豆QQ圓湯
熱量 682
糖類 108 蛋白質 27 脂肪 17

青菜
薑絲豬血湯
熱量 650
糖類 96 蛋白質 31 脂肪 16

青菜
筍絲肉絲湯
熱量 679
糖類 97 蛋白質 27 脂肪 21