



香豪佳食品有限公司 午餐菜單

附農

2019/10/5 (六)	2019/10/1 (二)	2019/10/2 (三)	2019/10/3 (四)	2019/10/4 (五)
白飯 菲力雞排 麻婆豆腐 柴魚關東煮	五穀飯 貴妃豬腩 芝麻海帶 毛豆三色	白飯 孜然雞翅 鮪魚聰明燴蛋 綜合滷味	糙米飯 岩燒里肌 朴菜肉燥 什錦彩繪	白飯 咖哩雞 黃金柳葉魚 時蔬赤肉羹
空心菜 肉絲冬粉湯 <small>熱量 666 醣類 98 蛋白質 30 脂肪 18</small>	高麗菜 紫菜蛋花湯 <small>熱量 787 醣類 103 蛋白質 33 脂肪 28</small>	油菜 綜合地瓜湯 <small>熱量 768 醣類 108 蛋白質 33 脂肪 24</small>	青江菜 日式味噌湯 <small>熱量 660 醣類 97 蛋白質 25 脂肪 19</small>	鵝白菜 榨菜三絲湯 <small>熱量 625 醣類 98 蛋白質 25 脂肪 16</small>
2019/10/7 (一)	2019/10/8 (二)	2019/10/9 (三)	2019/10/10 (四)	2019/10/11 (五)
白飯 *勁辣雞腿 義式肉醬 蠔油百頁	小米飯 五香燻肉 什錦彩繪 芹香拌魚輪	肉燥炒麵 芝麻雞丁 五香滷味 杯子蛋糕	雙十節	休假
鵝白菜 冬瓜鮮菇湯 <small>熱量 762 醣類 98 蛋白質 33 脂肪 27</small>	高麗菜 金針肉絲湯 <small>熱量 738 醣類 96 蛋白質 34 脂肪 25</small>	小松葉 綠豆地瓜湯 <small>熱量 743 醣類 101 蛋白質 29 脂肪 24</small>	<small>熱量 0 醣類 0 蛋白質 0 脂肪 0</small>	<small>熱量 0 醣類 0 蛋白質 0 脂肪 0</small>
2019/10/14 (一)	2019/10/15 (二)	2019/10/16 (三)	2019/10/17 (四)	2019/10/18 (五)
白飯 *無骨香雞排 魚香豆腐 洋蔥炒蛋	薏仁飯 羅勒豬排 泰式咖哩 金針獅子頭	白飯 蔥油雞腿 泡菜年糕 蒜汁嫩豆腐	糙米飯 回鍋肉 螞蟻上樹 魷魚混炒	白飯 芝麻雞丁 鮮菇彩繪 瓜子肉燥
空心菜 當歸麵線 <small>熱量 767 醣類 99 蛋白質 33 脂肪 27</small>	高麗菜 紫菜蛋花湯 <small>熱量 693 醣類 97 蛋白質 27 脂肪 22</small>	油菜 仙草奶茶 <small>熱量 743 醣類 101 蛋白質 29 脂肪 24</small>	鵝白菜 玉米濃湯 <small>熱量 761 醣類 104 蛋白質 34 脂肪 23</small>	青江菜 榨菜肉絲湯 <small>熱量 677 醣類 98 蛋白質 26 脂肪 21</small>
2019/10/21 (一)	2019/10/22 (二)	2019/10/23 (三)	2019/10/24 (四)	2019/10/25 (五)
白飯 鮮魚排 蕃茄炒蛋 鮮瓜三鮮	紫米飯 蘿蔔燉肉 麻婆豆腐 韓式銀芽	肉絲炒麵 *肯德基腿堡 筍絲肉羹 葡萄酥捲	糙米飯 壽喜燒肉 毛豆三色 雙色海結	白飯 雪蓮燉雞 醬燒豆干 鮮蔬彩繪
鵝白菜 菜頭油腐湯 <small>熱量 741 醣類 101 蛋白質 31 脂肪 25</small>	青江菜 筍香排骨湯 <small>熱量 721 醣類 96 蛋白質 31 脂肪 23</small>	油菜 芋頭西米露 <small>熱量 774 醣類 111 蛋白質 27 脂肪 26</small>	高麗菜 金針三絲湯 <small>熱量 731 醣類 102 蛋白質 33 脂肪 21</small>	空心菜 薑絲豬血湯 <small>熱量 651 醣類 96 蛋白質 27 脂肪 18</small>
2019/10/28 (一)	2019/10/29 (二)	2019/10/30 (三)	2019/10/31 (四)	2019/11/1 (五)
白飯 *日式蝦排 三色滷蛋 印度咖哩	小米飯 鐵板豬柳 柴魚關東煮 魚香豆腐	白飯 迷迭香雞翅 客家小炒 奶焗南瓜	糙米飯 蘑菇里肌 肉末三色 芝麻海帶	<small>熱量 0 醣類 0 蛋白質 0 脂肪 0</small>
青江菜 帶芽鮮菇湯 <small>熱量 733 醣類 105 蛋白質 31 脂肪 22</small>	鵝白菜 冬菜粉絲湯 <small>熱量 697 醣類 98 蛋白質 33 脂肪 20</small>	油菜 紅豆QQ圓 <small>熱量 822 醣類 118 蛋白質 30 脂肪 27</small>	高麗菜 冬瓜排骨湯 <small>熱量 688 醣類 102 蛋白質 29 脂肪 18</small>	<small>熱量 0 醣類 0 蛋白質 0 脂肪 0</small>