久翔 115年5月菜單

地址：新北市鶯林區武林街16-1號 營業電話：02-8675 9071 HACCP通過廠商 營養師-潘亞南(營養字第837號) 營養師(營養字第827號) 營養師(營養字第801067號) 產品責任險：第BDB 95第04 00T0008號

甲殼類、芒果、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品，為常過敏體質者，請避免食用。

歡迎掃描QR Code追蹤年糕臉色

竹林中學

日期	星期	主食	主菜			青菜	湯品	備註	全穀類	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
1	五	~勞動節放假，不供餐~											
4	一	白飯 白米	番茄紅燒肉 豬肉+豆薯+番茄-燒	鹹豬肉炒蛋 雞蛋+洋蔥+豬肉+鹹豬肉-炒	豆皮高麗菜 高麗菜+豆皮-炒	產銷履歷	綜合圓奶茶 綜合圓+奶粉+紅茶	截切水果	6.7	2.7	2.4	2.6	849
5	二	日式炒烏龍 烏龍麵+時蔬+豬肉+＊柴魚	蜂蜜檸檬雞排 雞排(X1)-烤	關東煮魚丸X2 蘿蔔+油豆腐+魚丸(X2)-煮	拌炒豆芽 豆芽菜+時蔬-炒	產銷履歷	味噌鮮菇湯 金針菇+味噌		6.5	2.7	2.4	2.5	830
6	三	白飯 白米	青醬燉肉 豬肉+馬鈴薯+青醬-煮	炸地瓜鹹酥雞X3 雞肉(X3)+地瓜-炸	奶香白菜 大白菜+香菇+紅蘿蔔+白醬-煮	產銷履歷	羅宋湯 時蔬+番茄		6.8	2.5	2.2	2.5	831
7	四	小米飯 白米+小米	三杯雞翅 雞翅(X1)-油	獅子頭X1 獅子頭(X1)+時蔬-蒸	彩椒花椰菜 花椰菜+彩椒-煮	有機蔬菜	青菜蛋花湯 雞蛋+青菜		6.5	2.7	2.4	2.5	830
8	五	白飯 白米	紅糟豬排 豬排(X1)+紅糟-烤	蒸蛋 雞蛋-蒸	菇炒筍丁 筍+香菇+毛豆-炒	產銷履歷	蘑菇湯 玉米+雞蛋+菇		6.6	2.7	2.3	2.6	839
11	一	芝麻海苔飯 白米+芝麻海苔	滷雞排 雞排(X1)-油	佛跳牆 大白菜+豬肉+筍+芋頭-煮	鮮蔬玉米 玉米+紅蘿蔔+毛豆-炒	產銷履歷	黃瓜排骨湯 大黃瓜+湯排	截切水果	6.8	2.6	2.5	2.5	846
12	二	白飯 白米	馬鈴薯燉肉 豬肉+馬鈴薯-煮	滷味貢丸X2 豆干+貢丸(X2)+時蔬-油	蒜炒高麗菜 高麗菜+彩椒-炒	產銷履歷	南瓜湯 南瓜+雞蛋		6.7	2.7	2.4	2.5	844
13	三	拿波里筆管麵 筆管麵+時蔬+豬肉	烤雞腿 雞腿(X1)-烤	海鮮披薩拼薯辦 海鮮披薩+薯辦-烤	蒜味海根 海帶根+紅蘿蔔-炒	產銷履歷	冬瓜山粉圓 山粉圓		6.5	2.7	2.5	2.6	837
14	四	白飯 白米	梅干焢肉排 焢肉排(X1)+梅干菜-滷	蒸蛋 雞蛋-蒸	鐵板豆芽 豆芽菜+韭菜+黑胡椒-炒	有機蔬菜	山藥雞湯 山藥+馬鈴薯+雞骨		6.6	2.6	2.5	2.5	832
15	五	白飯 白米	洋釀拌雞 雞肉+洋蔥-炒	海鮮捲X2 海鮮捲(X2)-烤	蒜味海根 海帶根+紅蘿蔔-煮	產銷履歷	青木瓜排骨湯 青木瓜+紅棗+湯排		6.7	2.7	2.3	2.6	846
18	一	白飯 白米	古早味豬排 豬排(X1)-燒	海山醬肉圓 肉圓(X1)+時蔬+海山醬-蒸	客家小炒 豆干+豬肉+魷魚-炒	產銷履歷	大滷湯 大白菜+木耳+紅蘿蔔	截切水果	6.5	2.7	2.3	2.6	832
19	二	燕麥飯 白米+燕麥	咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+咖哩-煮	茶香滷蛋X1 去殼雞蛋(X1)+豆干-滷	雙色花椰菜 花椰菜+紅椒-煮	產銷履歷	椰香西米露 西谷米+椰奶		6.8	2.6	2.2	2.5	839
20	三	花椒拌麵 麵+時蔬+豬肉+花椒	醬香肋排 肋排(X1)-燒	炒甜不辣 甜不辣+韭菜-炒	油燜筍茸 筍茸+麵輪-煮	產銷履歷	冬瓜雞湯 冬瓜+雞骨		6.7	2.5	2.3	2.6	831
21	四	白飯 白米	炸雞腿 雞腿(X1)-炸	番茄炒蛋 雞蛋+洋蔥+番茄-炒	肉燥菜豆 菜豆(四季豆)+豬肉-炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐+海帶芽+味噌		6.5	2.7	2.5	2.7	842
22	五	~園遊會，不供餐~											
25	一	炸醬麵 麵+豆干+豬肉+時蔬	燒烤翅小腿X2 雞小腿(X2)-烤	京都豬小排 馬鈴薯+豬肉+豬小排-燒	清炒豆芽菜 豆芽菜+香菇-炒	產銷履歷	肉骨茶湯 時蔬+紅棗+湯排	截切水果	6.5	2.7	2.3	2.6	832
26	二	海苔香鬆飯 白米+海苔香鬆	鐵路豬排 豬排(X1)-燒	鹹酥雞X3 雞肉(X3)-炸	螞蟻上樹 冬粉+時蔬+豬肉+木耳-煮	產銷履歷	酸辣湯 豆腐+金針菇		6.7	2.6	2.5	2.5	839
27	三	糙米飯 白米+糙米	黃燜雞 雞肉+馬鈴薯+青椒-煮	椒鹽花枝丸X2 花枝丸(X2)-烤	白菜西魯肉 大白菜+豬肉+雞蛋-煮	產銷履歷	榨菜肉絲湯 豆芽菜+榨菜+豬肉		6.6	2.6	2.5	2.5	832
28	四	白飯 白米	洋蔥炒肉 豬肉+洋蔥-炒	蘑菇雞翅 雞翅(X1)-油	紅絲高麗菜 高麗菜+紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		6.5	2.6	2.5	2.6	830
29	五	麥片飯 白米+麥片	炸雞排 雞排(X1)-炸	麻婆咖哩豆腐 豆腐+豬肉+咖哩-煮	竹筍炒肉絲 筍+豬肉-炒	產銷履歷	百香椰果QQ QQ+椰果		6.7	2.6	2.4	2.6	841

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆

☆本公司未使用輻射污染食品☆

全面使用非基改豆類製品

官方網站 facebook Instagram

含海鮮成分提味之食材，皆於菜單上以「＊」符號標示，若有過敏體質者，請避免使用