



111年 3/21-4/1 菜單 (午餐)

地址：新北市樹林區武林街16-1號 服務電話：02-86733071 HACCP優良廠商 營養師：黃偉庭(營養字第8272號) 陳昱瑄(營養字第8359號) 產品責任險：明台0855第04PDT0008
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、為易過敏原，若有過敏體質者，請避免食用。

歡迎掃描QR-Code填寫午餐問卷



全面使用非基改食材

徐匯高中

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆☆本公司未使用輻射汙染食品☆

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
21	一	胚芽飯 白米+胚芽米	炸排骨酥 豬肉-炸	韓式部隊鍋 大白菜+凍豆腐+豬肉+泡菜+泡麵-煮	鮮菇炒筍 筍+菇-炒	蔬菜	柴魚雞湯 金針菇+柴魚+雞骨	6.4	2.5	2.6	2.5	813
22	二	白飯 白米	紐澳良雞排 雞排-燒	馬鈴薯燉肉 洋芋+豬肉-煮	清炒結菜 結頭菜+紅蘿蔔-炒	蔬菜	海芽蛋花湯 雞蛋+海帶芽	6.5	2.4	2.5	2.4	806
23	三	海鮮炒飯 白米+豬肉+海鮮	醬燒大排 豬排-燒	烤雙色薯條 地瓜+馬鈴薯-烤	蒜香高麗 高麗菜+時蔬-炒	蔬菜	珍珠奶茶 綠豆+珍珠+奶粉+紅茶	6.5	2.6	2.3	2.4	816
24	四	白飯 白米	蔥花油淋雞 雞肉+山藥-煮	咖哩肉末豆腐 豆腐+豬肉-煮	木耳時瓜 時瓜+木耳-煮	蔬菜	羅宋湯 豆薯+番茄+芹菜	6.4	2.6	2.5	2.2	805
25	五	地瓜飯 白米+地瓜	豆酥魚排 魚排-燒	沙茶豆干 豆干+豬肉+沙茶-炒	塔香海茸 海茸+九層塔-煮	蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜+豬肉	6.5	2.6	2.5	2.4	881
28	一	白飯 白米	滷雞翅 雞翅-滷	番茄肉醬 豆干+豬肉+番茄+毛豆-煮	白菜滷 大白菜+紅蘿蔔-煮	蔬菜	肉骨茶湯 豆薯+菇	6.6	2.4	2.3	2.4	808
29	二	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	紅燒魚丁 魚肉+蘿蔔-煮	炸雞塊 雞塊(X3)-炸	清炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	蔬菜	玉米濃湯 玉米+雞蛋	6.4	2.4	2.5	2.5	803
30	三	雞肉飯 白米+雞肉	烤雞腿 雞腿(X1)-烤	南瓜燉肉 南瓜+豬肉-煮	蠔油粉絲 冬粉+時蔬+豬肉-炒	蔬菜	椰香西米露 地瓜+西谷米+椰奶	6.5	2.6	2.5	2.4	821
31	四	糙米飯 白米+糙米	炸豬排 豬排-炸	味噌油腐雞 油豆腐+雞肉-煮	鮮蔬花椰 花椰菜+紅蘿蔔-炒	蔬菜	黃瓜雞湯 黃瓜+雞骨	6.6	2.6	2.3	2.5	827
4/1	五	白飯 白米	燒烤醬炒雞 雞肉+洋蔥-炒	肉末玉米 玉米+豬肉+時蔬-煮	金沙結菜 結頭菜+鹹蛋+時蔬-炒	蔬菜	巧達濃湯 洋芋+雞蛋	6.4	2.5	2.3	2.5	806