



民雄國中112年08-09月份菜單



週一	週二	週三	週四	週五	週六
		08月30日 白米飯 滷雞腿 綜合滷味 彩色花枝丸 現炒蔬菜 珍珠奶茶 全穀雜糧6.4份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉2.9份 油脂2.2份 水果 份 熱量813大卡	08月31日 白米飯 香酥魚片 咖哩百頁 鮮肉水餃2 季節時蔬 海芽豆腐味噌湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.8份 油脂2.2份 水果 份 熱量814大卡	09月01日 白米飯 紅燒豬排 蜜汁豆干 潮嘴小雞塊2 新鮮時蔬 金穗白玉湯 全穀雜糧6.7份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.7份 油脂2.6份 水果 份 熱量839大卡	
09月04日 白米飯 卡拉雞塊 香甜玉米炒蛋 紅白燴油腐 田園時蔬 當歸麵線湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.2份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.4份 水果 份 熱量830大卡	09月05日 白米飯 咖哩豬排 三杯什錦 波浪脆薯 當季蔬菜 日式味噌湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.5份 水果 份 熱量836大卡	09月06日 白米飯 雞米花 柴魚關東煮 阿婆滷蛋 現炒蔬菜 芋頭西米露 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.9份 油脂2.3份 水果 份 熱量826大卡	09月07日 白米飯 日式豬排 海帶干絲 香滷獅子頭 季節時蔬 筍絲豆皮湯 全穀雜糧6.6份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.9份 油脂2.2份 水果 份 熱量836大卡	09月08日 白米飯 黃金雞腿 沙茶肉羹 紫米珍珠丸 新鮮時蔬 紫菜蛋花湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.2份 水果 份 熱量827大卡	
09月11日 白米飯 梅干肉丁 紅蔘炒蛋 香酥小蝦排 田園時蔬 絲瓜芙蓉湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.1份 蛋豆腐肉2.6份 油脂2.2份 水果 份 熱量803大卡	09月12日 白米飯 黃燜雞 豆瓣燒豆腐 小雞塊花枝丸 當季蔬菜 味噌豆腐湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.2份 水果 份 熱量827大卡	09月13日 白米飯 黃金豬排 綜合滷味 肉絲針菇炒豆 現炒蔬菜 仙草甜湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉2.9份 油脂2.2份 水果 份 熱量813大卡	09月14日 白米飯 糖醋排骨 香菇燒豆輪 煎香腸 季節時蔬 紫菜蛋花湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.6份 油脂2.5份 水果 份 熱量808大卡	9月15日 白米飯 味噌燒肉 柴香魚羹條 甘梅地瓜條 新鮮時蔬 酸辣湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.3份 蛋豆腐肉2.9份 油脂2.6份 水果 份 熱量840大卡	
09月18日 白米飯 泰式椒麻雞 義式炒蛋 醬滷福州丸 田園時蔬 蘿蔔金穗湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.2份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.4份 水果 份 熱量830大卡	09月19日 白米飯 蔥燒豬排 柴香豆腐 蝦餅海鮮卷 當季蔬菜 薑絲海芽湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.2份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.4份 水果 份 熱量830大卡	09月20日 白米飯 椒鹽雞塊 滷香拼盤 紫米珍珠丸 現炒蔬菜 珍珠麥茶 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.1份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.5份 水果 份 熱量821大卡	09月21日 白米飯 香酥蝦排 秘醬豆干 白菜滷 季節時蔬 海結玉米湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.8份 油脂2.2份 水果 份 熱量814大卡	09月22日 白米飯 蜜汁雞丁 豆腐豬肉煲 香甜玉米餅 新鮮時蔬 火鍋湯 全穀雜糧6.7份 蔬菜2.0份 蛋豆腐肉2.7份 油脂2.6份 水果 份 熱量839大卡	9月23日 白米飯 黑蜜里肌肉排 田園玉米 塔香海茸 季節時蔬 蔬菜魚丸湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.2份 水果 份 熱量826大卡
09月25日 白米飯 滷味排骨 三色炒蛋 海苔薯條 田園時蔬 冬菜粉絲湯 全穀雜糧6.6份 蔬菜2.1份 蛋豆腐肉2.6份 油脂2.2份 水果 份 熱量810大卡	09月26日 白米飯 宮保雞丁 熊貓豆腐 BBQ香腸 當季蔬菜 薑絲冬瓜湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉3.0份 油脂2.2份 水果 份 熱量826大卡	09月27日 白米飯 岩燒肉排 瓜瓜丸片 三杯豆干米血 現炒蔬菜 紫芋波波 全穀雜糧6.6份 蔬菜1.8份 蛋豆腐肉2.7份 油脂2.6份 水果 份 熱量830大卡	09月28日 白米飯 唐揚雞塊 日式咖哩 香Q滷蛋 新鮮時蔬 筍片肉絲湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜1.9份 蛋豆腐肉2.9份 油脂2.2份 水果 份 熱量813大卡		



梅景食品股份有限公司 用真誠態度為您服務！



電話：05-5882573 傳真：05-5880580