



第八週營養午餐菜單

(葷食) 112 學年度第 2 學期



台南市建興國中 113 年 4 月 1 日-4 月 5 日第 8 週午餐菜單 供應廠商: 久大食品便當廠

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品	營養分析(份數)
4/1 符合	一	白米飯	烤雞排	肉燥蒸蛋	洋芋三色	炒青菜	紫菜金針湯	全穀雜糧:6 豆魚蛋肉:2.5 蔬菜:1.6 油脂:2.5 水果:0 熱量(kcal):765
	食材 (g)	白米 120	雞排 40	雞蛋 40 豬肉 10	馬鈴薯 30 玉米粒 30 毛豆仁 10	青菜 100	乾紫菜 1 金針菇 10	
4/2 符合	二	南瓜飯	酸白菜肉片	三杯百頁雞丁	照燒魷魚丸	炒青菜	冬菜粉絲湯	全穀雜糧:6 豆魚蛋肉:2.8 蔬菜:1.5 油脂:2.6 水果:0 熱量(kcal):792
	食材 (g)	白米 110 南瓜 20	豬肉 40 泡菜 30	雞丁 40 百頁 20	魷魚丸 20	青菜 100	冬菜適量 冬粉適量	
4/3 (開放速食炸物) 符合	三	炸醬麵(加麵)	豆乳雞	炒滷味	蒸銀絲卷	炒青菜	大麥珍珠	全穀雜糧:6 豆魚蛋肉:2.5 蔬菜:1.7 油脂:2.7 水果:0 熱量(kcal):772
	食材 (g)	麵條 160 蔬菜 20	雞丁 40	豆干 40 豬肉 10 蘿蔔 20	銀絲卷 40	青菜 100	麥仔 小珍珠	
4/4 符合	四	清明連假不吃						全穀雜糧: 豆魚蛋肉: 蔬菜: 油脂: 水果: 熱量(kcal):
	食材 (g)							
4/5 (蔬食日) 符合	五	清明連假不吃						全穀雜糧: 豆魚蛋肉: 蔬菜: 油脂: 水果: 熱量(kcal):
	食材 (g)							
工廠登記證		99-674927-00	開立菜單電話: (TEL) 06-2976819		傳真 (FAX):		06-2978248	
負責人:		陳玉麟	廠商名稱:		久大食品便當廠	營養師:		史玄潔
						建興電話:		06-2136553

*星期四供應乳品... (以 5 天為一周期即一盒乳製品, 過學校結算期統計天數不足者天數, 用四捨五入進位法多加一盒, 由校方擇訂時間補供處。)

備註: *有註記"符合"的就是--當天有符合三章一 Q 之規定....

***本店使用國產豬肉**

※過敏原資訊: 本午餐含麩質之穀物、蛋、大豆及其製品, 對食物過敏者請留意。

