



感謝您對榮興的支持
歡迎給予寶貴意見
~謝謝您~



榮興食品

114年2月
新明國中菜單

日期	星期	主食	主 菜	副 菜	青菜	湯 品	附 費	主 食	豆 魚 蛋 肉	蔬 菜	油 脂	熱 量	二 重 一 口
2/11	二	香Q米飯	糖醋咕咾肉 豬肉、白芝麻/無	玉米滑蛋 玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋/炒	佛跳牆 大白菜、木耳、紅蘿蔔/無	有機蔬菜	蘿蔔雞湯 雞丁、白蘿蔔	6.4	2.7	2.1	2.7	88	✓
開學日													
2/12	三	培根義大利麵 	鮮肉鍋貼 鍋貼/煎	鐵板肉絲 洋蔥、肉絲/無	麻辣燙 白蘿蔔、海帶結、非基改豆干/滷	Q蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁	6.4	2.7	2.1	2.7	88	✓
元宵節													
2/13	四	五穀飯	烤雞翅 雞翅/烤	蜜汁豆干 芝麻、非基改豆干、米血糕/滷	鮮瓜什錦 大黃瓜、木耳、紅蘿蔔/無	有機蔬菜	味噌豆腐湯 非基改豆腐、柴魚片	6.4	2.7	2.1	2.7	88	✓
2/14	五	薏仁飯	8比Q烤肉片 高麗菜、豬肉片/無	麻婆豆腐 青蔥、非基改豆腐、絞肉/燒	麥克雞塊*2 雞塊/炸	有機蔬菜	酸菜肉絲湯 酸菜、肉絲	6.4	2.7	2.1	2.7	88	✓
2/17	一	香Q米飯	筍香東坡肉 筍干、豬肉/滷	芋香白菜滷 大白菜、芋頭、木耳/無	脆皮豆腐 非基改油豆腐、青蔥/煮	產廢蔬菜	肉骨茶湯 白蘿蔔、雞丁、肉骨茶包	6.3	2.8	2.1	2.7	88	✓
2/18	二	燕麥飯	蒜泥白肉 蒜泥、高麗菜、肉片/燒	番茄炒蛋 番茄、雞蛋、非基改豆腐/炒	芹香三絲 非基改白干絲、芹菜、紅蘿蔔絲/炒	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、雞蛋	6.4	2.7	2.2	2.6	88	✓
2/19	三	香Q米飯	古早味滷肉 非基改豆干丁、豬絞肉/煮	客家燻筍 薑片、筍干/煮	家鄉白菜滷 大白菜、芋頭、木耳/煮	Q蔬菜	黑糖奶茶 黑糖、奶粉、紅茶包	6.5	2.7	2.2	2.7	88	✓
2/20	四	焗烤飯 	卡拉香雞排 雞排/炸	關東煮 玉米、紅蘿蔔、白蘿蔔/煮	香滷滷味 非基改豆干、白蘿蔔、海帶結/滷	有機蔬菜	芹香米粉湯 芹菜、米粉、魚丸	6.4	2.7	2.1	2.7	88	✓
2/21	五	十穀飯	糖醋魚柳 洋蔥、魚丁/燒	馬鈴薯肉片 馬鈴薯、豬肉片/燒	什錦豆包絲 豆芽菜、紅蘿蔔、非基改豆包/燒	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 薑絲、冬瓜	6.4	2.8	2.2	2.8	88	✓
2/24	一	糙米飯	塔香三杯雞 九層塔、雞丁/炒	花椰菜肉絲 花椰菜、紅蘿蔔絲、豬肉絲/炒	起司章魚燒 馬鈴薯、魷魚丸/燒	產廢蔬菜	玉米濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯	6.5	2.7	2.2	2.7	88	✓
2/25	二	香Q米飯	鍋燒魚煲 馬鈴薯、魚丁/燒	玉米雞茸 玉米粒、紅蘿蔔丁、雞丁/煮	香甜瓜仔肉 瓜仔、豬絞肉/燒	有機蔬菜	海芽豆腐湯 海帶芽、非基改豆腐	6.5	2.7	2.2	2.7	88	✓
2/26	三	日式炒飯 	鮮肉湯包 肉包/蒸	洋芋杏鮑菇 馬鈴薯、紅蘿蔔、杏鮑菇/煮	鮮瓜丸子 大黃瓜、魚丸、木耳/煮	Q蔬菜	蜜蜜燒仙草 仙草原汁、QQ、花豆	6.4	2.7	2.1	2.8	88	✓
2/27	四	香Q米飯	香酥雞翅 雞翅/炸	眷村滷味 非基改豆干、白蘿蔔、海帶結/滷	蒲瓜肉絲 蒲瓜、豬肉絲/炒	有機蔬菜	白菜肉羹湯 大白菜、紅蘿蔔、肉羹	6.5	2.7	2.2	2.7	88	✓
2/28	五	~二二八放假一天~											

★本產品含有蛋、奶類、花生、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品為食品過敏原，不適台對過敏體質者食用。★三章一Q回饋產銷履歷豆奶：2/26。營養師：廖允棠。
★全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。★本廠食材一律使用「國產肉品」，產地：台灣。★每週一供應產銷履歷蔬菜 ★每週二、四、五供應有機蔬菜。