



感謝您對榮興的支持
歡迎給予寶貴意見,謝謝您

榮興食品

113年4月
新明國中菜單

日期	星期	主食	主 菜	副 菜	青菜	湯 品	附 註	全 雞 雞 腿 (份)	豆 魚 蛋 肉 (份)	蔬 菜 (份)	油 脂 蛋 白 (份)	熱 量 (卡)
4/1	一	香Q米飯	鐵板肉柳 洋葱,豬肉絲/燒	雞肉蔬菜粉燉 高麗菜,豬肉粒,冬粉/炒	佛跳牆 大白菜,木耳,紅蘿蔔/煮	產腐 蔬菜	蘿蔔雞湯 蘿蔔,雞丁	6.5	2.6	2.3	2.7	829
4/2	二	香Q米飯	米蘭燉肉 馬鈴薯,紅蘿蔔,豬肉/煮	海帶三鮮 海帶絲,紅蘿蔔絲,白干絲/炒	彩燻花椰菜 花椰菜,紅蘿蔔/炒	有鹽 蔬菜	筍片肉燉湯 筍片,豬肉絲	6.6	2.6	2.3	2.7	836
4/4	三	香蔥蛋炒飯	鍋貼/雞塊 雞塊,鍋貼/炸	白菜麵筋燒 大白菜,紅蘿蔔,麵筋/燒	菇菇鮮瓜 大黃瓜,木耳,虱目魚丸/煮	Q蔬菜	沖繩黑糖燻奶	6.6	2.5	2.4	2.6	826
4/5	五	★兒童節&清明節放假★										
4/8	一	燕麥Q飯	糖醋咕咾肉 肉丁,芝麻/燒	玉米雞茸 玉米粒,紅蘿蔔,豬絞肉/煮	什錦豆包燉 非基改豆包,豆芽菜/炒	產腐 蔬菜	廣式肉骨茶 白蘿蔔,雞丁	6.7	2.5	2.2	2.7	833
4/9	二	香Q米飯	涮涮壽喜燒 洋葱,豬肉片/燒	豆腐燻菇菇 凍豆腐,金針菇,鮮菇/煮	肉燉高麗菜 肉絲,高麗菜/炒	有鹽 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜,雞蛋	6.5	2.8	2.1	2.6	835
4/10	三	茄汁義大利麵	鮮肉湯包 小肉包/蒸	蜜汁豆干 非基改豆干,芝麻/油	關東煮 白蘿蔔,紅蘿蔔/煮	Q蔬菜	古早味冬瓜露	6.5	2.7	2.3	2.8	841
4/11	四	香Q米飯	塔香三杯雞 雞丁/燒	燴三鮮 脆筍片,木耳,紅蘿蔔/炒	海根三絲 海帶根,豬肉絲/炒	有鹽 蔬菜	玉米濃湯 玉米粒,馬鈴薯,紅蘿蔔	6.4	2.7	2.2	2.7	827
4/12	五	香Q米飯	醬燒魚丁 魚丁/燒	蒜茸豆腐 非基改油丁/燒	鮮瓜什錦 大黃瓜,木耳,虱目魚丸/煮	有鹽 蔬菜	酸菜肉燉湯 酸菜,豬肉絲	6.5	2.6	2.2	2.8	831
4/15	一	高鈣芝麻飯	蒜泥白肉 豬肉片,高麗菜/炒	鐵板銀芽 豆芽菜,韭菜/炒	茄汁滑蛋 番茄,雞蛋/炒	產腐 蔬菜	客家米粉湯 芹菜,白蘿蔔,米粉	6.5	2.7	2.1	2.7	832
4/16	二	香Q米飯	筍香東坡肉 筍干,肉丁/煮	白醬馬鈴薯 馬鈴薯,紅蘿蔔/煮	蜜汁甜不辣 芝麻,甜不辣/燒	有鹽 蔬菜	芹香蘿蔔湯 芹菜,白蘿蔔	6.3	2.7	2.3	2.7	823
4/17	三	香Q米飯	古早味滷肉 豆干/燒	客家香筍 筍干/燒	金茸冬瓜 金茸,冬瓜/煮	Q蔬菜	燒仙草	6.3	2.7	2.2	2.8	825
4/18	四	香Q米飯	蒙古烤肉片 豆芽菜,豬肉片/炒	燴豆腐 非基改豆腐/燒	蒜香花椰 花椰菜,紅蘿蔔/炒	有鹽 蔬菜	薑燉冬瓜湯 薑絲,冬瓜	6.3	2.7	2.3	2.8	827
4/19	五	香Q米飯	香酥魚排 魚排/炸	醉醬香香豬 非基改豆干,豬絞肉/煮	和風蘿蔔煮 白蘿蔔,紅蘿蔔/煮	有鹽 蔬菜	黃瓜豚肉湯 大黃瓜,豬肉片	6.5	2.6	2.3	2.7	829
4/22	一	薏仁Q飯	黑胡椒豬排 豬排/燒	瓜仔肉 瓜仔,豬絞肉/蒸	蘿蔔海結燒 白蘿蔔,海帶結/燒	產腐 蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽,味噌	6.5	2.7	2.5	2.6	837
4/23	二	香Q米飯	黃燻雞 馬鈴薯,紅蘿蔔,雞丁/煮	螞蟻上樹 高麗菜,冬粉,豬絞肉/炒	玉米炒蛋 玉米粒,雞蛋/炒	有鹽 蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯,紅蘿蔔	6.5	2.7	2.3	2.7	837
4/24	三	肉絲炒麵	豬肉餡餅 豬肉餡餅/炸	蔥燒豆干 非基改豆干/燒	蛋酥白菜 大白菜,木耳,紅蘿蔔/煮	Q蔬菜	綠豆湯	6.5	2.7	2.2	2.8	839
4/25	四	香Q米飯	泰式鹹酥雞 雞丁/燒	芹香小炒 芹菜,非基改豆干片/炒	筍片肉羹 脆筍片,肉羹/煮	有鹽 蔬菜	蘿蔔魚丸湯 白蘿蔔,虱目魚丸	6.6	2.6	2.3	2.7	836
4/26	五	香Q米飯	塔香魚丁 洋葱,魚丁/燒	蒜泥豆腐 蒜泥,非基改油豆腐/燒	培根高麗菜 培根,高麗菜/炒	有鹽 蔬菜	福菜肉片湯 福菜,豬肉片	6.5	2.7	2.4	2.7	839
4/29	一	香Q米飯	雞肉井飯 洋葱,雞丁/煮	毛豆干丁 毛豆仁,非基改豆干/炒	木耳黃瓜煮 大黃瓜,木耳/煮	產腐 蔬菜	酸辣湯 非基改豆腐,木耳,紅蘿蔔	6.3	2.8	2.2	2.7	828
4/30	二	五穀米飯	香噴瓜仔雞 桂竹筍,豬肉絲/煮	桂竹筍肉燉 桂竹筍,豬肉絲/煮	番茄豆腐 番茄,非基改豆腐/煮	有鹽 蔬菜	結頭菜肉燉湯 結頭菜,肉絲	6.3	2.7	2.3	2.7	823

◎本產品含有蛋、魚類、奶粉、花生、芝麻、麸質之穀類,不適對過敏體質者食用。

☑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。4/24(三)供應產銷履歷豆奶