



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6月



## 新明國中菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐	主食	豆魚蛋肉	蔬菜	油類	熱量
6/2	一	芝麻飯	筒香東坡肉 每丁豬肉/燻	南洋咖哩 馬鈴薯紅蘿蔔/燒	鐵板銀芽 豆芽菜紅蘿蔔絲豬肉絲/炒	產履蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜雞蛋	6.4	2.7	2.1	2.7	825
6/3	二	蕎麥飯	糖醋咕咾肉 豬肉白芝麻/煮	海根肉絲 薑絲海帶根肉絲/燒	歐姆蛋 玉米粒紅蘿蔔雞蛋/炒	有機蔬菜	蘿蔔雞湯 雞丁白蘿蔔	6.4	2.8	2.2	2.8	839
6/4	三	培根 義大利麵	蒜泥白肉 蒜泥高麗菜豬肉片/炒	彩繪花椰菜 花椰菜紅蘿蔔木耳/炒	芹香豆干 芹菜非基改豆干片/煮	Q蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	6.3	2.8	2.1	2.7	825
蔬食日												
6/5	四	香Q米飯	鹽酥雞 雞丁/炸	蔥燒素雞 青蔥非基改素雞/燻	鮮瓜什錦 大黃瓜木耳紅蘿蔔豬肉片/煮	有機蔬菜	冬瓜薑絲湯 冬瓜薑絲	6.4	2.7	2.2	2.6	823
6/6	五	香Q米飯	鍋燒魚煲 洋葱魚丁/燒	脆皮豆腐 非基改油豆腐青葱/煮	日式關東煮 紅蘿蔔白蘿蔔黑輪/煮	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米粒紅蘿蔔馬鈴薯	6.5	2.7	2.2	2.7	834
6/9	一	香Q米飯	塔香三杯雞 九層塔雞丁/炒	金茸冬瓜 金針菇冬瓜木耳/煮	椒鹽百頁 嫩豆非基改百頁豆腐/炒	產履蔬菜	招牌米粉湯 芹菜米粉虱目魚丸	6.4	2.7	2.1	2.7	825
6/10	二	十穀飯	虱目魚塊*2 虱目魚排/煎	番茄炒蛋 番茄雞蛋非基改豆腐/炒	香甜瓜仔肉 瓜仔絞肉/燒	有機蔬菜	日式味噌湯 非基改豆腐紫菜片	6.4	2.8	2.2	2.8	839
6/11	三	大廚炒飯	洋葱肉絲 洋葱肉絲/煮	鮮肉粉絲 高麗菜紅蘿蔔冬粉絞肉/炒	麥克雞塊*2 雞塊/炸	Q蔬菜	芋圓奶茶 芋圓奶茶粉包	6.5	2.7	2.2	2.7	834
蔬食日												
6/12	四	香Q米飯	卡拉香雞排 雞排/炸	滷味拼盤 非基改豆干白蘿蔔海帶結/燻	洋葱炒蛋 洋葱雞蛋/炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 白蘿蔔雞丁肉骨茶包	6.5	2.7	2.2	2.7	834
6/13	五	香Q米飯	和風豬排 洋葱豬排/燒	麻婆豆腐 青蔥非基改豆腐絞肉/燒	胡瓜肉羹 胡瓜肉羹/煮	有機蔬菜	酸辣湯 非基改豆腐木耳紅蘿蔔	6.4	2.7	2.1	2.8	829
6/16	一	香Q米飯	香酥雞翅 雞翅/炸	起司洋芋 馬鈴薯紅蘿蔔/燒	醬燒麵腸 薑絲麵腸/燒	產履蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜豬肉片	6.5	2.7	2.2	2.7	834
6/17	二	薏仁飯	塔香三杯魚 九層塔魚丁/燒	醬拌肉醬 非基改豆干丁絞肉/燻	佛跳牆 大白菜木耳紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	黃瓜燉湯 大黃瓜豬肉片	6.4	2.7	2.1	2.9	834
6/18	三	胚芽米飯	古早味滷肉 非基改碎干丁絞肉/燒	桂筍肉絲 桂竹筍豬肉絲/炒	麥香雞堡*1 雞腿/煎	Q蔬菜	冬瓜露粉圓 冬瓜磚粉圓	6.5	2.7	2.1	2.7	832
蔬食日												
6/19	四	五穀飯	日式豬排 豬排/煎	五香海結 白蘿蔔海帶結/燻	銀芽肉絲 豆芽菜紅蘿蔔絲肉絲/炒	有機蔬菜	海芽豆腐湯 海帶芽非基改豆腐	6.4	2.8	2.2	2.7	835
6/20	五	香Q米飯	涮涮壽喜燒 洋葱豬肉片/燒	玉米雞茸 玉米粒紅蘿蔔丁雞肉/煮	蒜蓉豆腐 蒜泥非基改油豆腐/燒	有機蔬菜	沙茶肉羹湯 大白菜肉羹	6.4	2.7	2.2	2.8	832
6/23	一	糙米飯	米蘭燉肉 馬鈴薯紅蘿蔔肉丁/煮	鮮菇甘藍菜 香菇高麗菜/炒	螞蟻上樹 高麗菜紅蘿蔔冬粉絞肉/煮	產履蔬菜	巧達濃湯 玉米粒紅蘿蔔馬鈴薯	6.4	2.7	2.2	2.8	832
6/24	二	香Q米飯	糖醋魚柳 洋葱魚丁/燒	木耳豆腐煲 紅蘿蔔木耳非基改油豆腐/燒	鮮嫩蒸蛋 雞蛋/蒸	有機蔬菜	筍片燉湯 脆筍片豬肉片	6.4	2.7	2.2	2.8	832
6/25	三	青醬 義大利麵	酸甜蝦餃*2 蝦餃/燒	蜜汁豆干 白芝麻非基改豆干米血糕/燻	地瓜薯條 地瓜薯條/蒸	Q蔬菜	香甜紅豆湯 紅豆	6.4	2.7	2.2	2.8	832
蔬食日												
6/26	四	香Q米飯	黃燜雞 馬鈴薯紅蘿蔔雞丁/燒	芋香白菜滷 大白菜芋頭木耳/燻	茄汁滑蛋 番茄雞蛋非基改豆腐/炒	有機蔬菜	昆布肉片湯 昆布白蘿蔔豬肉片	6.4	2.7	2.2	2.8	832
6/27	五	燕麥飯	沙茶肉片 洋葱豬肉片/燒	醬燒獅子頭 大白菜獅子頭/燒	扁蒲肉片 扁蒲木耳紅蘿蔔豬肉片/炒	有機蔬菜	木瓜豚肉湯 青木瓜豬肉	6.4	2.7	2.2	2.8	832
6/30	一	小米飯	香菇瓜仔雞 香菇瓜仔雞丁/燒	和風蘿蔔煮 白蘿蔔紅蘿蔔黑輪/煮	季豆甜不辣 敏豆甜不辣/炒	產履蔬菜	冬瓜雞湯 冬瓜雞丁	6.4	2.7	2.2	2.8	832

★本產品含有蛋、奶類、花生、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類及其製品為食品過敏原，不適合對過敏體質者食用。★三章一Q回饋銷燻歷歷豆奶：6/25。營養師：廖允柔。  
★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。★每週一供應銷燻歷歷蔬菜★每週二、四、五供應有機蔬菜。