



昱品美食股份有限公司



11月午餐菜單總表-軍功國小



週次	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	10月30日	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日
			白飯 養生雞 蝦米葫瓜 豚香高麗 快炒時蔬 大白雪花湯	燕麥飯 香烤雞排 奶油醬燒玉米 豆皮炒蛋 翠綠時蔬 冬瓜排骨湯	日式野菇炒飯 蜜汁排骨 醬燒小肉包 筍香什錦 有機青菜 九尾苔雞湯
營養分析	糖類 90.8 蛋白質 26.7	脂肪 熱量 21.7 698.9	糖類 93.8 蛋白質 27.8	脂肪 熱量 22.7 706.9	糖類 93.5 蛋白質 27.4
第二週	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日	11月10日
	五穀飯 和風蒸蛋 蜜汁黑干 沙茶粉絲煲 營養時蔬 海芽鮮菇湯	胚芽飯 義式白醬雞 烘烤雞塊 培根高麗 健康時蔬 藥膳排骨湯	白飯 蒜泥白肉 冬瓜燒 咖哩雙花椰 快炒時蔬 柴香豆腐湯	糙米飯 結頭燉肉 ★針相大白 紅燒獅子頭 翠綠時蔬 黃金濃湯	蒜香什錦炒麵 酥脆雞翅 港式燒賣 銀芽三絲 有機青菜 綠豆地瓜湯
營養分析	糖類 90.8 蛋白質 26.7	脂肪 熱量 22.4 707.4	糖類 93.9 蛋白質 27.3	脂肪 熱量 21.7 695.3	糖類 92.7 蛋白質 27.1
第三週	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日	11月17日
	糙米飯 洋蔥炒蛋 五味細腐 沙茶炒時菇 營養時蔬 麻油鮮蔬湯	燕麥飯 番茄味噌豬肉鍋 柴香花枝丸 豚香蒲瓜 健康時蔬 土瓶蒸	白飯 鹽水雞 大滷桶 回鍋干片 快炒時蔬 大瓜排骨湯	五穀飯 鐵路豬排 玉米蟬絲 開陽白菜 翠綠時蔬 日式味噌湯	咖哩鮮蔬炒飯 脆皮嫩魚 紅豆包 蒜香腐燒豬 有機青菜 洋芋濃湯
營養分析	糖類 94.3 蛋白質 27.5	脂肪 熱量 21.6 698.9	糖類 94.4 蛋白質 27.3	脂肪 熱量 22.7 704.8	糖類 91.6 蛋白質 27.2
第四週	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日	11月24日
	多穀飯 五香滷蛋 三杯百頁 蛋酥白菜 營養時蔬 酸辣湯	糙米飯 肉骨茶排骨 彩虹鮮捲 咖哩洋芋 健康時蔬 刺瓜玉米湯	白飯 蘑菇豬柳 日式關東煮 彩絲青花 快炒時蔬 番茄蛋花湯	燕麥飯 鹽酥雞 鮮菇扒冬瓜 肉燥干丁 翠綠時蔬 酸菜筍片雞湯	日式炒麵 洋釀烤雞翅 鮮肉湯包 韓式煲黃芽 翠綠時蔬 仙草蜜
營養分析	糖類 92.4 蛋白質 27.3	脂肪 熱量 21.9 694.0	糖類 94.0 蛋白質 27.7	脂肪 熱量 23.0 702.8	糖類 92.4 蛋白質 27.4
第五週	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日	12月1日
	胚芽飯 大阪燒燴蛋 麻婆豆腐 海苔烤地瓜 營養時蔬 玉米海結湯	五穀飯 三杯雞 豚香海茸 ★培根奶油白菜 健康時蔬 麻香火鍋湯	白飯 蔥燒排骨 結頭佃煮 客家小炒 快炒時蔬 義式番茄鮮蔬湯	糙米飯 香酥雞排 咖哩燴雙鮮 嫩蛋蒲瓜 有機青菜 大白羹湯	
營養分析	糖類 91.0 蛋白質 26.7	脂肪 熱量 21.5 689.9	糖類 93.8 蛋白質 27.8	脂肪 熱量 22.5 706.1	糖類 94.6 蛋白質 27.8

※※所有豬肉均使用臺灣豬肉※ ★標示為校園午餐大賽得獎菜色

※※每月擇日提供一次國產驗證豆漿※※