

安全衛生

G 廣豐 食品有限公司

專業服務

廣豐食品有限公司

信義國小(三、四年級) 111年12月菜單

營養師:王品淳

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	全蛋 雞(份)	豆魚 肉(份)	蔬菜 (份)	油 與 蛋 子 (份)	水果 類	乳品 類	糖 (大 卡)	三 車 10
12/1	四	燕麥飯 白米、燕麥/煮	蘑菇肉片 肉片(O)、蘑菇片	蘿蔔麵輪 蘿蔔(O)、麵輪/燒	田園玉米 玉米粒(C)、毛豆(T)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	冬瓜鮮菇湯 冬瓜(O)、金針菇(O)	5.4	2.4	1.9	2.6		723	v
12/5	一 少肉日	香Q米飯 白米/煮	蔥燒雞丁 雞丁(C)、洋蔥/燒	桂筍肉絲 桂竹筍、肉絲(O)/炒	番茄炒蛋 番茄(O)、雞蛋(O)/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙炒	味噌海芽湯 海帶芽、味噌	5.3	2.4	2.2	2.7		728	v
12/6	二 鮮奶	糙米飯 白米、糙米/煮	京都大排 肉排(O)/滷	紅燒豆腐 豆腐、絞肉(O)、三色丁(C)/滷	塔香茄柳 茄子(O)、九層塔/燒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	蘿蔔香菇湯 蘿蔔(O)、排骨(C)、香菇(O)	5.3	2.4	2	2.7	0.5	723	v
12/8	四 水果	肉醬義大利麵 白麵、三色丁(C)、絞肉(O)/煮	蔥燒肉片 肉片(O)、洋蔥/燒	什錦粉絲 高麗菜(O)、冬粉、絞肉(O)/炒	大黃瓜黑輪 大黃瓜(O)、黑輪(C)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	地瓜QQ湯 地瓜、QQ	5.4	2.3	1.7	2.7		775	v
12/12	一	香Q米飯 白米/煮	鐵板肉飯 肉絲(O)、洋蔥/炒	洋芋玉米 洋芋、玉米粒(C)/炒	筍丁肉燥 絞肉(O)、碎干、筍丁/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙炒	結頭排骨湯 結頭菜(O)、排骨(C)	5.4	2.4	2	2.6		725	v
12/13	二 石斑魚、回鍋豆奶	糙米飯 白米、糙米/煮	糖醋石斑魚 石斑魚(O)、洋蔥/燒	小黃瓜黑輪 小黃瓜(O)、黑輪(C)/炒	三絲總匯 筍絲、木耳(O)、香菇(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	海芽蛋花湯 味噌、雞蛋(O)、豆腐	5.3	2.4	2.2	2.6		723	v
12/15	四	薏仁飯 白米、薏仁/煮	咖哩雞丁 洋芋、雞丁(C)/煮	宜蘭西西滷 大白菜(O)、紅蘿蔔(O)、雞蛋(O)/煮	鐵板油腐 油豆腐、洋蔥/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	木須三絲湯 木耳(O)、肉絲(O)、金針菇(O)	5.4	2.4	1.9	2.7		727	v
12/19	一 少肉日	香Q米飯 白米/煮	虱目魚排 魚排(C)/燒	瓜仔肉燥 絞肉(O)、花瓜/滷	茄汁米血 米血丁(C)、蘿蔔(O)/滷	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙炒	黃瓜肉片湯 大黃瓜(O)、肉片(O)	5.5	2.3	1.9	2.7		727	v
12/20	二 豆奶	糙米飯 白米、糙米/煮	海結滷肉 肉丁(O)、海帶結/滷	冬瓜香菇 冬瓜(O)、香菇(O)、肉片(O)/煮	玉薯雙拼 玉米餅(C)、薯條(O)/炸	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	朴菜竹筍湯 竹筍(O)、朴菜	5.3	2.4	2.2	2.7		728	v
12/22	四 水果	紫米飯 紫米/煮	銀芽肉絲 肉絲(O)、豆芽菜(O)/炒	大根佃煮 白蘿蔔(O)、麵筋、杏鮑菇(O)/煮	茶碗蒸 雞蛋(O)/蒸	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁	5.4	2.3	1.7	2.6		770	v
12/26	一	香Q米飯 白米/煮	洋芋燒雞 雞丁(C)、洋芋/燒	回鍋干片 豆干片、高麗菜(O)、肉絲(O)/炒	白菜年糕 大白菜(O)、年糕/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙炒	蘿蔔黑輪湯 蘿蔔(O)、黑輪(C)	5.5	2.3	2	2.6		725	v
12/27	二 水果	糙米飯 白米、糙米/煮	紅燒石斑魚 石斑魚(O)、洋蔥/燒	玉米毛豆 玉米粒(C)、毛豆(T)/煮	蔬菜粉絲 高麗菜(O)、冬粉、絞肉(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	香菇雞湯 雞丁(C)、香菇(O)	5.5	2.3	1.7	2.6		777	v
12/29	四	油飯 糯米、碎豆干、絞肉(O)/炒	蜜汁雞排 雞排(C)/滷	木須三絲 木耳(O)、金針菇(O)、紅蘿蔔(O)	紅燒油腐 油豆腐、洋蔥/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙炒	結頭香菇湯 結頭菜(O)、香菇(O)	5.3	2.3	2.2	2.7		720	v

三章一Q: 臺灣有機農產品(O)、CAS台灣優良農產品(C)、生產追溯QRcode(Q)、產銷履歷農產品(T)

本產品含有魚類、蛋、麩質之穀物、牛奶等，不適合對其過敏體質者食用

本公司肉品來源一律使用國產豬肉



感謝您的反饋!!
※津味午餐問卷調查
線上調查表

津味優質午餐

信義國小
111年12月菜單



日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	全蛋(個)	豆蛋(個)	鮮奶(公升)	水果(公升)	總量(千卡)
12/1	四	白飯	酥炸魷魚排 C魷魚排/炸	冬瓜麵輪 Q冬瓜 麵輪 紅蘿蔔 C豬肉/煮	彩繪玉米 Q非基改玉米 Q紅蘿蔔/煮	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5.3 2.5 2.2 2.7 73.0
12/2	五	五穀米飯	沙茶豚肉 Q洋蔥 C豬肉/炒	洋蔥歐姆蛋 Q雞蛋 Q洋蔥/炒	蔬菜粉絲煲 Q高麗菜 C豬肉 冬粉 Q紅蘿蔔/炒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5.2 2.7 2.2 2.5 72.9
12/5	一	白飯 (少肉日)	南洋咖哩洋芋 Q洋芋 Q紅蘿蔔/煮	海帶三絲 海帶絲 非基改白干絲 Q紅蘿蔔/炒	蛋酥高麗 Q高麗菜 Q雞蛋/炒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5 2.5 2.2 2.5 71.3
12/6	二	胚芽米飯	味噌燉肉 C豬肉/煮	香蔥菜脯蛋 青蔥 菜脯 Q雞蛋/炒	銀芽炒肉絲 Q豆芽菜 C豬肉/炒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	鮮奶+ 水果 (12/27 石斑魚) 5.2 2.7 2.5 2.2 74.2
12/8	四	白飯	鐵板肉柳 Q洋蔥 C豬肉/炒	鮮菇佛手瓜 Q香菇 Q佛手瓜/煮	三杯油腐燒 九層塔 非基改油豆腐 C豬肉/燒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	水果 5 2.7 2.2 2.8 73.4
12/9	五	小米蒸飯	泰式椒麻雞 C雞肉/燒	客家香筍 Q竹筍/炒	一品佛跳牆 Q大白菜 Q紅蘿蔔/煮	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5 2.5 2.2 2.5 71.8
12/12	一	白飯	蒜泥白肉 蒜 C豬肉 Q洋蔥 Q豆薯/燒	客家小炒 非基改豆干 C豬肉 Q芹菜/炒	日式茶碗蒸 Q雞蛋/蒸	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5 2.8 2.2 2.5 72.3
12/13	二	義大利麵	美味石斑魚 石斑魚/燒	西西里肉醬 Q洋蔥 C豬肉 Q番茄 Q紅蘿蔔/煮	黃瓜燒肉 Q大黃瓜 C豬肉 Q紅蘿蔔/燒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	水果 5 2.6 2.2 2.7 71.7
12/15	四	燕麥Q飯	塔香羅勒雞 九層塔 C雞肉/炒	芝麻黑豆干 芝麻 非基改黑豆干/燒	肉茸高麗 C豬肉 Q高麗菜/炒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5.2 2.7 2.2 2.5 73.4
12/16	五	蕎麥米飯	梅干燒肉 梅干菜 C豬肉 筍干/煮	玉米四喜 Q非基改玉米 Q紅蘿蔔 T毛豆 C豬肉/煮	歐巴韓式年糕 Q大白菜 年糕/煮	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	鮮奶+ 水果 5.3 2.5 2.2 2.5 72.6
12/19	一	白飯 (少肉日)	花枝丸+水餃 C花枝丸 C水餃/炸	洋芋燒 Q洋芋 Q紅蘿蔔/煮	哈燒滷味燙 非基改凍豆腐 Q金針菇 海蜆 C豬肉/煮	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5.3 2.5 2.2 2.5 72.6
12/20	二	麥片Q飯	壽喜燒肉丼 C豬肉 Q洋蔥/燒	紅絲滑蛋 Q紅蘿蔔 Q雞蛋/炒	開陽扁蒲 鮮魷 Q扁蒲/炒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	豆奶 5.2 2.7 2.3 2.5 73.7
12/22	全五	蔥油 雞絲飯	蘑菇醬佐豬排 C豬排/燒	蘿蔔肉羹 Q白蘿蔔 C肉羹/煮	水晶粉絲 Q高麗菜 冬粉 C豬肉	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	水果 5.3 2.5 2.2 2.7 73.0
12/23	五	五穀米飯	暖呼麻油雞 C雞肉/煮	冬瓜肉燥 Q冬瓜 C豬肉/煮	布丁蒸蛋 Q雞蛋/蒸	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5 2.8 2.2 2.6 73.2
12/26	一	白飯	醬燒豬排 C豬肉/燒	毛豆油豆腐 非基改油豆腐 T毛豆/燒	大瓜鮮菇 Q大黃瓜 C豬肉 Q香菇/燒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	2.6 2.5 2.2 2.7 71.3
12/27	二	糯米飯	鮮嫩石斑魚 石斑魚/燒	番茄滑蛋 Q番茄 Q雞蛋/炒	奶香白菜 Q大白菜 Q紅蘿蔔/煮	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	水果 5 2.7 2.2 2.2 72.2
12/29	四	白飯	帝王桶子雞 C雞肉/燒	洋芋鴿蛋 Q洋芋 Q鴿蛋/煮	肉絲豆芽 C豬肉 Q豆芽 Q紅蘿蔔/炒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	2.6 2.5 2.2 2.5 71.3
12/30	五	糙米Q飯	紅燒豬腩 C豬肉 Q蘿蔔/燒	蝦香甘藍菜 蝦皮 甘藍菜/炒	海根豆干 海帶根 非基改豆干/燒	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	有獎 該菜	5 2.6 2.2 2.2 71.5

*本廠食材來源一律使用「國產豬肉」，產地：台灣。
◎ 全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。 ▽每週一供應產銷履歷蔬菜、每週二、四、五供應有機蔬菜。
◆注意：甲殼類、芒果、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品 為食品過敏原，不適合對其過敏體質者食用。
※12/13、12/27石斑魚當天供應水果

津味企業有限公司 HACCP 認證廠商
地址：桃園市大溪區新光東路61巷20弄6號
服務電話：03-3881534
營業部：呂如瑛 營業學第339號





榮興 食品餐盒

信義國小 111年12月菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	主食	豆魚肉	蔬菜	油	糖	鹽	三合一
12/1	四	香Q米飯 白米	沙嗲燒肉 豬肉, 鳳梨, 紅蘿蔔/燒	起司章魚燒	五味脆皮豆腐 非基改豆腐, 蒜頭/炒	青樓蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜, 雞蛋		5.2	2.6	2.3	2.7	738	✓
12/2	五	香Q米飯 白米	香烤翅小腿	日式關東煮 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 海帶絲/煮	海根肉絲 海帶絲, 豬肉絲	青樓蔬菜	黃金玉米濃湯 玉米粒, 紅蘿蔔, 鳳梨		5.1	2.7	2.2	2.6	732	✓
12/5	一	五穀飯 白米, 五穀米	杏鮑菇燒肉	香蔥菜脯蛋 綠, 菜脯, 雞蛋/炒	一品白菜滷 大白菜, 木耳, 紅蘿蔔/滷	產廢蔬菜	古早味米粉湯 米粉, 紅蘿蔔, 香菇		5.3	2.6	2.3	2.7	745	✓
12/6	二	香Q米飯 白米	里肌肉排	南洋咖哩 鳳梨, 紅蘿蔔/燒	鐵板銀芽 豆苗, 紅蘿蔔, 韭菜/炒	青樓蔬菜	關西燒仙草	鮮奶	5.2	2.7	2.3	2.6	741	✓
12/7	三	肉燥炒飯 白米, 紅蘿蔔, 玉米粒	搖搖樂鹽酥雞	五彩鮮瓜 大黃瓜, 木耳, 紅蘿蔔/炒	一級棒滷味 非基改豆干, 蔥, 海帶絲/滷	Q蔬菜	羅宋湯 非基改豆腐, 白芥菜, 蕃茄		5.1	2.8	2.4	2.7	749	✓
12/8	四	香Q米飯 白米	蜜汁燒肉片	鮮肉冬粉 冬粉, 絞肉/炒	鮮菇佃煮 香菇, 胡瓜, 紅蘿蔔/煮	青樓蔬菜	雙色蘿蔔湯 紅蘿蔔, 白蘿蔔	水果	5.2	2.7	2.3	2.6	741	✓
12/9	五	香Q米飯 白米	塔香三杯雞	彩椒甜不辣 軟豆, CAS甜不辣/炒	蔥燒豆干 非基改豆干, 蔥/燒	青樓蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜, 肉片		5.2	2.6	2.2	2.7	736	✓
12/12	一	活力薏仁飯 白米, 薏仁	椒鹽魚塊	奶香洋芋 鳳梨, 紅蘿蔔/燒	蕃茄炒蛋	產廢蔬菜	福菜肉片湯 福菜, 肉片		5.2	2.7	2.2	2.7	743	✓
12/13	二	香Q米飯 白米	石斑魚特餐	麻婆豆腐 非基改豆腐, 絞肉/煮	玉米肉醬 玉米粒, 紅蘿蔔, 絞肉/煮	青樓蔬菜	港式肉骨茶 白蘿蔔, 雞丁, 肉骨茶	鮮奶	5.1	2.6	2.3	2.8	736	✓
12/14	三	香Q米飯 白米	蜜汁雞排	和風白玉燒 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 海帶絲/煮	客家小炒 非基改豆干, 菜脯/炒	Q蔬菜	木須肉絲湯		5.2	2.7	2.4	2.7	748	✓
12/15	四	香Q米飯 白米	鐵板肉柳	刺瓜肉片 大黃瓜, 豬肉片/炒	塔香海茸 九層塔, 海茸/炒	青樓蔬菜	醋溜酸辣湯 木耳, 豆腐, 非基改豆腐		5.3	2.6	2.3	2.6	741	✓
12/16	五	旺芽飯 白米, 旺芽米	嘉義雞絲滷肉	客家燻筍 煙竹筍, 肉燥/煮	芋香白菜滷 芋頭, 白菜, 絞肉/煮	青樓蔬菜	什錦火鍋湯 白蘿蔔, 紅蘿蔔, 魚丸	鮮奶	5.2	2.7	2.3	2.7	746	✓
12/19	一	香Q米飯 白米	洋蔥肉絲	日式咖哩絞肉	銀芽三絲 豆苗, 紅蘿蔔, 韭菜/炒	產廢蔬菜	竹筍肉片湯 竹筍, 肉片		5.3	2.7	2.3	2.6	748	✓
12/20	二	香甜地瓜飯 白米, 地瓜	紐澳良腿排	海結燻肉 海帶絲, 豬肉丁/燒	玉米滑蛋	青樓蔬菜	紫菜豆腐湯 非基改豆腐, 紫菜	鮮奶	5.3	2.6	2.3	2.8	750	✓
12/21	三	香Q米飯 白米	回鍋肉片	一品香滷味 非基改豆干, 蔥, 海帶絲/滷	紅絲花椰菜 紅蘿蔔, 花椰菜/炒	Q蔬菜	冬瓜香丸湯 冬瓜, 蝦丸		5.2	2.7	2.4	2.7	748	✓
12/22	四	十穀飯 白米, 十穀米	醋溜魚柳	醃醬肉燥 非基改豆干, 絞肉/煮	沙茶小火鍋	青樓蔬菜	昆布肉片湯 昆布, 豬肉片	水果	5.4	2.8	2.3	2.8	772	✓
12/23	五	香Q米飯 白米	香菇雞丁	甘藍菜肉片 肉片, 包菜/炒	鐵板油豆腐 非基改油豆腐, 絞肉/煮	青樓蔬菜	巧達濃湯 玉米粒, 紅蘿蔔, 鳳梨		5.3	2.7	2.3	2.7	753	✓
12/26	一	香Q米飯 白米	咖哩豬排	義式莎莎肉醬 鳳梨, 紅蘿蔔, 絞肉/煮	海帶雙絲 海帶絲, 白干絲/炒	產廢蔬菜	黃瓜肉片湯 大黃瓜, 肉片		5.3	2.6	2.3	2.7	745	✓
12/27	二	紫米飯 白米, 紫米	石斑魚特餐	蒲瓜肉絲 蒲瓜, 肉絲/炒	麥克雞塊	青樓蔬菜	彰化麵線糊 紅蘿蔔, 木耳, 麵線	鮮奶	5.2	2.7	2.4	2.8	753	✓
12/28	三	香Q米飯 白米	香滷雞翅	芝麻蜜汁豆干 非基改豆干, 蔥/炒	冬瓜燒肉 冬瓜, 豬肉丁/燒	Q蔬菜	酸菜肉片湯		5.2	2.6	2.3	2.8	743	✓
12/29	四	香Q米飯 白米	本番壽喜燒	雞茸玉米	熱炒燴三鮮 雞絲, 木耳, 紅蘿蔔/炒	青樓蔬菜	木瓜雞湯 蒸木瓜, 雞丁		5.3	2.7	2.3	2.9	762	✓
12/30	五	燕麥飯 白米, 燕麥	香酥虱目魚排	瓜瓜肉醬 瓜仔肉, 絞肉/煮	毛豆百頁 毛豆, 非基改百頁豆腐/炒	青樓蔬菜	結頭菜肉絲湯 結頭菜, 豬肉絲		5.2	2.6	2.4	2.8	745	✓

菜單設計：鄭仰濤 營養師 (營養字第010580號) 『本產品含有蛋、魚類、奶粉、花生、芝麻、麸質之穀類，不適宜對過敏體質者食用』

DS.本菜單所使用的黃豆、玉米及其製品均使用非基改原料製作及烹煮。

※本廠一律使用『國產生鮮肉品』產地：台灣。