



榮興 食品餐盒

信義國小
112年4月菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	主食	豆魚蛋肉	蔬菜	油時	熱量	三合一Q	
4/6	四	香Q米飯 白米	蒜泥白肉 豬肉片,時蔬/炒	咖哩洋芋 馬鈴薯,紅蘿蔔/燉	銀芽三絲 綠豆芽,紅蘿蔔,韭菜/炒	有機蔬菜	蘿蔔雞湯 白蘿蔔,雞胸丁	5.2	2.7	2.3	2.7	746	✓	
4/7	五	十穀飯 白米,十穀米	塔香三杯雞 雞胸丁/炒	紅絲炒蛋 紅蘿蔔,雞蛋/炒	蝦香高麗菜 蝦,高麗菜/炒	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 海帶芽,洗滌蛋	5.2	2.7	2.4	2.8	753	✓	
4/10	一	燕麥飯 白米,燕麥	沙嗲燒肉 豬肉片,馬鈴薯/燒	五味脆皮豆腐 豆腐/炒	塔香海茸 海茸/炒	產康蔬菜	黃金玉米濃湯 玉米粒,紅蘿蔔,馬鈴薯	5.2	2.6	2.3	2.8	743	✓	
4/11	二	香Q米飯 白米	虱目魚排 虱目魚排/煎	山東白菜滷 白菜/炒	海結麵輪 海帶結,麵輪/炒	有機蔬菜	新竹米粉湯 米粉,紅蘿蔔,香菇	鮮奶	5.2	2.7	2.3	2.7	746	✓
4/12	三	義式燉飯 白米,玉米粒,紅蘿蔔	蔥燒雞丁 雞胸丁/燒	客家小炒 非基改豆干/炒	熱炒燴三鮮 蝦,魚,肉/炒	Q蔬菜	古早味綠豆湯	5.3	2.7	2.4	2.8	760	✓	
4/13	四	五穀飯 白米,五穀米	鐵板肉柳 豬柳,洋蔥/炒	鮮肉粉絲 豬絞肉,冬粉/炒	花椰菜肉絲 花椰菜,豬肉絲/炒	有機蔬菜	日式味噌湯 非基改豆腐,柴魚片	水果	5.2	2.6	2.3	2.8	743	✓
4/14	五	香Q米飯 白米	蒙古烤肉 豬肉片,綠豆芽,紅蘿蔔/炒	日式關東煮 白蘿蔔,紅蘿蔔/煮	蔥燒豆干 豆干/炒	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜	5.3	2.7	2.4	2.8	760	✓	
4/17	一	香Q米飯 白米	海結燒肉 海帶結,豬肉丁/燒	日式咖哩絞肉 豬絞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔/煮	麻婆豆腐 豆腐,肉末/炒	產康蔬菜	傳統麵線糊 麵線,紅蘿蔔,木耳	5.2	2.7	2.3	2.8	750	✓	
4/18	二	活力薏仁飯 白米,薏仁	雞絲滷肉 雞絲,豬絞肉,非基改豆干/燴	福菜香筍 福菜,筍干/煮	蝦香胡瓜 胡瓜,木耳/炒	有機蔬菜	海茸豆腐湯 非基改豆腐,海帶芽	豆奶	5.3	2.7	2.3	2.7	753	✓
4/19	三	茄汁義大利麵 義大利麵,玉米粒,紅蘿蔔	BBQ雞翅 雞翅/烤	一品香滷味 非基改豆干,素肚,海帶結/燴	鍋燒白菜 大白菜,紅蘿蔔,木耳/燴	Q蔬菜	什蔬肉羹湯	5.3	2.7	2.4	2.8	760	✓	
4/20	四	養生小米飯 白米,小米	香酥魚塊 魚丁*2/煎	法式白醬 馬鈴薯,紅蘿蔔/燉	蕃茄豆腐 豆腐,蕃茄/炒	有機蔬菜	新加坡肉骨茶 肉骨茶,白蘿蔔,雞胸丁	5.2	2.6	2.3	2.7	738	✓	
4/21	五	香Q米飯 白米	和風咖哩雞 馬鈴薯,紅蘿蔔,雞胸丁/煮	塔香百頁 非基改百頁豆腐/燒	海帶三絲 海帶絲,紅蘿蔔,非基改豆干/炒	有機蔬菜	廣式酸辣湯 非基改豆腐,木耳,筍絲	水果	5.3	2.6	2.4	2.8	752	✓
4/24	一	旺芽飯 白米,旺芽米	糖醋魚柳 魚丁,洋蔥/燒	毛豆干丁 毛豆,非基改豆干/煮	沙茶小火鍋 沙茶,肉片/炒	產康蔬菜	巧達濃湯 玉米粒,紅蘿蔔,馬鈴薯	5.2	2.6	2.3	2.8	743	✓	
4/25	二	香Q米飯 白米	筍香東坡肉 豬肉片,筍干/燴	玉米雞茸 玉米粒,紅蘿蔔,雞絲/炒	肉絲花椰菜 肉絲,花椰菜/炒	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜,豬肉絲	鮮奶	5.3	2.6	2.4	2.8	752	✓
4/26	三	榮興招牌炒飯 白米,玉米粒,紅蘿蔔	天使雞腿排 雞腿排/烤	海底撈滷味 非基改豆干,素肚,海帶結/燴	冬瓜麵筋 冬瓜,麵筋/炒	Q蔬菜	地瓜芋圓湯	5.3	2.7	2.4	2.8	760	✓	
4/27	四	香Q米飯 白米	蜜汁燒肉片 豬肉片/燒	南洋咖哩 咖哩,肉片/炒	銀芽肉茸 綠豆芽,豬絞肉/炒	有機蔬菜	芹香蘿蔔湯 白蘿蔔	水果	5.2	2.6	2.3	2.7	738	✓
4/28	五	糙米飯 白米,糙米	雞肉丼飯 雞胸丁,洋蔥/燒	白藍菜肉片 白藍菜,豬肉片/炒	鐵板油豆腐 非基改油豆腐/燒	有機蔬菜	福菜肉片湯 福菜,豬肉片	5.3	2.7	2.4	2.8	760	✓	
4/29	六	★親臨教育日★		西點麵包 甜麵包*1,鹹麵包*1	鴨子									

菜單設計: 鄭淑潔 營養師 (營養字第 010580 號) *本產品含蛋、豆類、奶粉、花生、芝麻、麸質之穀類, 不適合對過敏體質者食用
 PS. 本菜單所使用的蕃茄、玉米及其製品均採用非基改原料製作及烹煮。 *本廠一律使用『國產鮮肉品』產地: 台灣。
 ※三餐一Q每月回饋白奶





津味優質午餐



信義國小
112年4月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	全日 供應 (時)	有機 蔬菜 (時)	鮮奶 (時)	水果 (時)	其他 (時)	備註	
4/2-4/5 兒童節/清明節連假												
4/6	四	白飯	泰式椒麻雞 C雞肉/炒	蝦香高麗 Q高麗菜,蝦皮/炒	金沙豆腐 非基改豆腐,C豬肉/燒	有機 蔬菜		白玉肉片湯 Q白蘿蔔,C豬肉	5	2.5	2.5	7.0
4/7	五	胚芽米飯	筍香東坡肉 筍干,C豬肉/燻	韭香豆芽 韭菜,Q豆芽/炒	紅娘炒蛋 Q紅蘿蔔,Q蛋/炒	有機 蔬菜		酸辣湯 非基改豆腐,Q紅蘿蔔	5	2.6	2.5	7.2
4/10	一	芝麻白飯	椰香咖哩雞 C雞肉,Q洋蔥,Q洋蔥/炒	蔥燒黑豆干 蔥,非基改黑豆干/燻	肉茸大白菜 Q大白菜,C豬肉/炒	產銷履歷 蔬菜		冬瓜燉肉湯 Q冬瓜,C豬肉	5	2.5	2.3	7.0
4/11	二	麥片Q飯	番茄豬肉丼 Q番茄,C豬肉,Q洋蔥/炒	蔬菜粉絲 冬粉,Q高麗菜,Q紅蘿蔔/炒	開陽扁蒲 蝦皮,Q扁蒲/炒	有機 蔬菜		貴族濃湯 Q非基改玉米,Q蛋	鮮奶	5.5	2.2	7.4
4/12	三	白飯	酥脆炸魚排 C魚排/炸	夜市滷味 海蜆,杏鮑菇,C甜不辣/燻	鮮炒花椰 C花椰菜,Q紅蘿蔔/炒	季節 蔬菜		地瓜芋圓湯 Q地瓜,芋圓	5.2	2.6	2.7	7.3
4/13	四	白飯	沙茶松坂豚肉 C豬肉,Q洋蔥/燒	芙蓉蒸蛋 Q雞蛋/蒸	彩繪玉米 Q非基改玉米,Q紅蘿蔔,T毛豆/炒	有機 蔬菜		日式豆腐湯 味噌,非基改豆腐	水果	5.5	2.5	7.3
4/14	五	小米蒸飯	宮保雞丁 C雞丁/燒	福州丸燒 C福州丸/燒	爪哇肉燥 Q洋蔥,Q洋蔥,C豬肉/炒	有機 蔬菜		羅宋湯 Q番茄,Q芹菜,C豬肉	5.5	2.6	2.5	7.4
4/17	一	海苔香鬆飯 (少肉日)	客家小炒 非基改豆干片,C豬肉/炒	鮮菇黃芽菜 Q香菇,Q黃豆芽/炒	蝦捲+煎餃 C蝦捲,C煎餃/煎	產銷履歷 蔬菜		夜市米粉湯 米粉,Q芹菜,C豬肉	5.2	2.5	2.5	7.1
4/18	二	義大利麵	炭烤雞排 C雞肉/烤	波隆那 番茄肉醬 Q番茄,Q洋蔥,C豬肉/煮	蛋酥高麗菜 Q高麗菜,Q雞蛋/炒	有機 蔬菜		芹香貢丸湯 Q芹菜,C貢丸,Q白蘿蔔	豆奶	5	2.6	7.2
4/19	三	白飯	照燒醬豬排 C豬排/燒	肉絲花椰 C豬肉,C花椰菜/炒	香筍燴肉羹 筍,C肉羹/炒	季節 蔬菜		小薏仁撞奶 小薏仁,奶粉	5.2	2.5	2.5	7.1
4/27	四	五穀米飯	砂鍋魚煲 C水蜜魚/燒	招牌佛跳牆 Q大白菜,C豬肉/煮	咖哩洋芋 Q洋芋,Q紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜		海芽蛋花湯 海芽,Q蛋	5.5	2.5	2.5	7.4
4/21	五	蕎麥Q飯	韓式泡菜燻肉 C豬肉,Q洋蔥/燻	玉米滑蛋 Q非基改玉米,Q雞蛋/炒	蔬菜粉絲煲 Q高麗菜,冬粉,Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜		什錦魷魚羹湯 脆筍絲,Q紅蘿蔔,C魷魚羹	水果	5.5	2.5	7.3
4/24	一	芝麻白飯	羅勒三杯雞 C雞肉,Q洋蔥/炒	涼薯三絲 Q涼薯,Q紅蘿蔔,Q木耳/炒	瓜瓜肉燥 瓜仔,非基改豆干丁,C豬肉/煮	產銷履歷 蔬菜		玉米濃湯 Q非基改玉米,Q蛋	5.3	2.6	2.5	7.2
4/25	二	燕麥白飯	五味醬肉片 C豬肉,Q洋蔥/炒	肉茸高麗 Q高麗菜,C豬肉/炒	番茄炒蛋 Q番茄,Q雞蛋/炒	有機 蔬菜		冬瓜豚肉湯 Q冬瓜,C豬肉	鮮奶	5	2.5	7.0
4/26	三	白飯	搖搖樂鹽酥雞 C雞肉,海苔粉/炸	筍香麵輪 筍干,麵輪/紅燒	芹香芽菜 Q芹菜,Q豆芽/炒	季節 蔬菜		綠豆QQ湯 綠豆,粉圓	5.2	2.5	2.7	7.3
4/27	四	古早味 香菇拌飯	橙汁里肌排 C豬肉/燒	開陽白菜 蝦皮,Q大白菜/炒	毛豆百頁 T毛豆,非基改百頁,海帶/燒	有機 蔬菜		菇菇蔬菜湯 Q金針菇,Q秀珍菇,C豬肉	水果	5	2.6	7.1
4/28	五	小米蒸飯	鐵板燒魚丁 C水蜜魚/燒	沙茶白玉魷魚羹 Q白蘿蔔,C魷魚羹/煮	醋溜海絲 C海帶絲,Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜		和風味噌湯 味噌,非基改豆腐	5	2.5	2.5	7.1
4/29	六	親職教育日~西點麵包										0

★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。

津味企業有限公司 HACCP優良廠商

地址：桃園市大溪區新光東路61巷20弄6號

服務電話：03-3881534

營養師：呂如穎 營養字第3594號