

廣豐食品有限公司

新屋國小幼兒園112年3月菜單

營養師:王品淳

日期	星期	早點	午餐							午點	全穀雜糧類(份)	油脂與堅果種子類	蔬菜類(份)	乳品類	水果類	豆魚蛋肉類(份)	熱量(大卡)	三章一Q
3/1	三	銀絲卷*1+豆漿	香Q米飯	洋芋燒雞	燒	田園玉米	煮	生產追溯蔬菜	冬瓜菇菇湯	仙草甜湯	5.3	2	1.4		1	1.5	668.5	V
3/2	四	芝麻包*1+鮮奶	糙米飯	糖醋魚丁	炒	番茄炒蛋	炒	有機蔬菜	蘿蔔香菇湯	紫米紅豆湯	5.1	2.1	1.5	0.5	1	1.7	736.5	V
3/3	五	慶生蛋糕+麥茶	香Q米飯	印度咖哩雞	燒	蘿蔔海結	滷	有機蔬菜	味噌海芽湯	蘿蔔糕湯	5.2	1.9	1.5		1	1.5	659.5	V
3/6	一	肉絲河粉	香Q米飯	彩椒肉片	炒	冬瓜香菇	煮	產銷履歷蔬菜	結頭菇菇湯	雜糧饅頭+米漿	5	1.9	1.5		1	1.7	660.5	V
3/7	二	芋頭鹹粥	糙米飯	海結燒雞	燒	白菜滷	滷	有機蔬菜	番茄豆腐湯	花生燕麥湯	5.1	2.1	1.5		1	1.5	661.5	V
3/8	三	地瓜稀飯+蔥蛋	肉醬義大利麵	香蒜鳳翅	炸	西芹甜條	炒	生產追溯蔬菜	魷魚羹湯	地瓜湯	5.1	2.2	1.5		1	1.6	673.5	V
3/9	四	麵疙瘩湯	糙米飯	打拋肉	煮	洋芋三色	煮	有機蔬菜	竹筍排骨湯	饅頭+優酪乳	5.2	2.1	1.5	0.5	1	1.5	728.5	V
3/10	五	紅豆包+鮮奶	薏仁飯	虱目魚排	炸	古早味蒸蛋	蒸	有機蔬菜	味噌小魚干湯	沙琪瑪+枸杞茶	5.1	2.2	1.5	0.5	1	1.6	733.5	V
3/13	一	茶葉蛋+麥茶	香Q米飯	花瓜燒雞	燒	螞蟻上樹	炒	產銷履歷蔬菜	蘿蔔肉羹湯	蘋果麵包+豆漿	5.2	2	1.5		1	1.6	671.5	V
3/14	二	金針菇粉絲	糙米飯	蘑菇肉片	煮	酢醬香干	滷	有機蔬菜	冬瓜肉片湯	綠豆薏仁湯	5.1	1.9	1.5		1	1.5	652.5	V
3/15	三	客家米苔目	油飯	蠔油雞排	煮	滷味雙拼	滷	生產追溯蔬菜	玉米濃湯	枸杞銀耳	5	2	1.5		1	1.5	650	V
3/16	四	鯖魚鹹粥	糙米飯	咖哩雞丁	煮	客家燜筍	煮	有機蔬菜	白菜花枝羹	芋頭西米露	5.1	2.1	1.3		1	1.5	656.5	V
3/17	五	蛋花水餃	燕麥飯	蔥燒大排	炒	田園三色	煮	有機蔬菜	番茄蛋花湯	地瓜包+豆漿	5.3	1.9	1.5		1	1.7	681.5	V
3/20	一	絲瓜麵線	香Q米飯	三杯雞丁	燒	杏鮑咖哩	滷	產銷履歷蔬菜	關東煮	紅豆湯圓	5.1	1.9	1.5		1	1.5	652.5	V
3/21	二	玉米鹹粥	糙米飯	鐵板肉絲	燒	客家小炒	炒	有機蔬菜	紫菜味噌湯	紫米薏仁湯	5.2	2	1.3		1	1.7	674	V
3/22	三	肉包+豆漿	什錦炒麵	香滷鳳翅	滷	綜合滷味	滷	生產追溯蔬菜	酸菜肉片湯	芋泥包*1+米漿	5.2	1.9	1.5		1	1.6	667	V
3/23	四	鯖魚麵	糙米飯	洋芋燒肉	燒	茶碗蒸	蒸	有機蔬菜	蘿蔔魷魚羹	綠豆湯	5.2	2.1	1.4		1	1.7	681	V
3/24	五	雞絲麵	蕎麥飯	蔥爆雞丁	炒	高麗粉條	炒	有機蔬菜	木須三絲湯	黑糖饅頭*1+冬瓜珍珠湯	5.1	2	1.3		1	1.6	659.5	V
3/25	六	麻油麵線	香Q米飯	京都排骨	燒	蠔汁素雞	滷	產銷履歷蔬菜	大滷湯	草莓麵包+鮮奶	5.1	2.1	1.5	0.5	1	1.5	721.5	V
3/27	一	什錦湯餃	香Q米飯	紅燒雞丁	燒	番茄炒蛋	炒	產銷履歷蔬菜	冬瓜薏仁湯	水煎包+麥茶	5	2.1	1.5		1	1.5	654.5	V
3/28	二	餐包+豆漿	糙米飯	糖醋魚丁	煮	豆腐三色	煮	有機蔬菜	香菇雞湯	花生燕麥湯	5.1	2	1.4		1	1.5	654.5	V
3/29	三	肉絲河粉	玉米蛋炒飯	照燒雞腿	燒	杏鮑蘿蔔	滷	生產追溯蔬菜	南瓜濃湯	芋頭西米露	5.1	1.9	1.5		1	1.5	652.5	V
3/30	四	鯖魚蔬菜粥	糙米飯	香干燒肉	燒	宜蘭西西滷	滷	有機蔬菜	海芽豆腐湯	茶葉蛋+麥茶	5.1	2	1.5		1	1.6	664.5	V
3/31	五	肉包+低糖豆漿	小米飯	椒鹽魚排	炸	什錦玉米	炒	有機蔬菜	竹筍肉片湯	全麥吐司+優酪乳	5.2	2.2	1.4	0.5	1	1.7	745.5	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)																		
每日提供新鮮水果																		

★過敏體質者請注意相關食材配料

本公司肉品來源一律使用國產豬肉