

裕民園精緻午餐

建德國小
114年4月菜單
供餐年級：2、4、6年級

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全蛋供應(份)	蛋黃菜肉(份)	蔬菜類(份)	海鮮肉類(份)	數量(碗)
★	4/1	二	兒童節特餐：義式茄汁肉醬麵+黃金炸豬排+地瓜薯條+香煎鍋貼+有機蔬菜+玉米濃湯									
	4/2	三	*親職教育日補假一天*									
	4/3	四	*兒童節&清明節放假*									
	4/4	五										
★	4/7	一	麥片香飯	檸檬雞翅 檸檬雞翅/燒	塔香打拋豬 九層塔, 絞肉, 番茄, 干丁/燒	葷菇黃瓜煲 紅蘿蔔, 胡瓜, 鮮菇/煮	產納鹽蔬菜 蔬菜總匯湯 金針菇, 高麗菜, 肉片	5 . 2	2 . 7	2 . 1	2 . 9	7 5 0
★	4/8	二	白米飯	京醬魚丁 魚丁, 豆芽/燒	西芹黑輪 西芹, 黑輪/炒	高麗肉片煮 高麗, 肉片/煮	有機蔬菜 鮮菇雞湯 鮮菇, 雞丁, 蘿蔔	5 . 6	2 . 5	2 . 2	2 . 7	7 5 6
★	4/9	三	豬肉烏龍麵	獵人燉雞 雞肉, 馬鈴薯, 番茄/燉	豆腐煲 豆腐, 木耳, 金針菇/煮	枸杞冬瓜肉燥 冬瓜, 絞肉, 枸杞/燒	季節蔬菜 四神湯 薏仁, 豬肉, 洋芋	5 . 5	2 . 6	2 . 0	2 . 8	7 5 6
★	4/10	四	白米飯	正宗回鍋肉 肉片, 豆干, 高麗菜/燒	玉米毛豆 玉米, 毛豆, 紅蘿蔔/煮	香燜鮮筍 筍, 蒜, 紅蘿蔔, 絞肉/燜	有機蔬菜 ●綠豆薏仁 綠豆, 00, 薏仁	5 . 4	2 . 7	2 . 2	2 . 9	7 6 6
★	4/11	五	蕎麥飯	酥炸雞腿 雞腿/炸	番茄炒蛋 蛋, 番茄, 洋蔥/炒	三絲白菜滷 大白菜, 紅蘿蔔, 木耳, 香菇/煮	有機蔬菜 榨菜肉絲湯 榨菜, 肉絲	5 . 4	2 . 6	2 . 1	2 . 8	7 5 2
★	4/14	一	雜糧飯	●紅燒扣肉 肉丁, 蘿蔔, 紅蘿蔔/燒	滷味燙 豆腐, 金針, 高麗/燉	鮑菇炒素肚 杏鮑菇, 素肚, 絞肉/炒	產納鹽蔬菜 紫菜蛋花湯 紫菜, 蛋	5 . 6	2 . 6	2 . 1	2 . 8	7 6 6
★	4/15	二	白米飯	夜市鹽酥雞 雞肉/炸	香濃咖哩 洋芋, 紅蘿蔔/煮	青翠炒花椰 花椰菜, 木耳, 肉絲/炒	有機蔬菜 ●香芋西米露 西米露, 芋頭	5 . 5	2 . 6	1 . 9	2 . 9	7 5 8
★	4/16	三	紅蔥滷肉飯	蒜香里肌排 里肌排/燒	玉米起司蛋 玉米, 起司, 蛋, 紅蘿蔔/炒	眷村蘿蔔煮 番茄, 蘿蔔, 紅蘿蔔, 海帶結/煮	季節蔬菜 筍香肉片湯 筍, 豬肉	5 . 7	2 . 8	1 . 9	2 . 8	7 8 3
★	4/17	四	紫米飯	味噌燒雞 雞肉, 高麗菜, 紅蘿蔔/燒	大溪黑豆干 芝麻, 黑豆干/滷	●蝦香扁蒲 蒲瓜, 鮮菇, 紅蘿蔔, 蝦皮/煮	有機蔬菜 ●暖暖肉骨茶 蘿蔔, 肉骨茶包, 豬肉	5 . 2	2 . 7	2 . 2	2 . 7	7 4 3
★	4/18	五	白米飯	壽喜燒魚 魚丁, 豆芽/燒	塔香滷味拼盤 素雞, 杏鮑菇, 九層塔, 海帶根, 絞肉/燒	香酥可樂餅 玉米布丁酥/炸	有機蔬菜 港式酸辣湯 豆腐, 筍絲, 紅絲, 蛋	5 . 5	2 . 7	2 . 0	2 . 9	7 6 8
★	4/21	一	麥片飯	卡拉雞腿排 卡拉雞腿排/炸	日式燒豆腐 絞肉, 豆腐, 洋蔥/煮	鮮炒高麗 高麗菜, 紅蘿蔔/炒	產納鹽蔬菜 酸菜肉片湯 酸菜, 肉片	5 . 2	2 . 7	2 . 1	2 . 9	7 5 0
★	4/22	二	白米飯	●南瓜燉豬 豬肉丁, 南瓜/燒	茄汁燴蛋 蛋, 番茄, 洋蔥/炒	銀芽炒肉絲 豆芽, 肉絲, 紅蘿蔔/炒	有機蔬菜 豆薯雞湯 雞丁, 豆薯, 鮮菇	5 . 6	2 . 6	2 . 0	2 . 7	7 5 9
★	4/23	三	羅勒麵	鹽燒翅小腿*2 翅小腿/燒	杏鮑菇洋芋 馬鈴薯, 杏鮑菇, 紅蘿蔔/煮	醬燒甜不辣 甜不辣, 甜椒, 芝麻/燒	季節蔬菜 ●蘿蔔排骨湯 蘿蔔, 排骨	5 . 7	2 . 2	1 . 7	2 . 8	7 3 3
★	4/24	四	白米飯	黑胡椒豬柳 豬肉, 洋蔥, 蔥/炒	雞塊地瓜條 雞塊, 地瓜條/炸	古早味滷白菜 大白菜, 紅蘿蔔, 豆皮, 金針菇/煮	有機蔬菜 紅豆紫米 紅豆, 00, 紫米	5 . 7	2 . 5	2 . 2	2 . 9	7 7 2
★	4/25	五	胚芽米飯	油腐蠔油魚 魚丁, 油腐, 鮮菇/燒	螞蟻上樹 冬粉, 高麗菜, 絞肉/炒	鮮煮胡瓜 黃瓜, 紅蘿蔔/煮	有機蔬菜 風味海結湯 海結, 豆芽, 豬肉片	5 . 6	2 . 3	2 . 3	2 . 8	7 4 8
★	4/28	一	紫米飯	●泡菜燒肉 肉片, 金針菇, 高麗菜, 豆皮/燒	玉米燴毛豆 玉米, 毛豆仁, 洋芋/燒	家常燉蘿蔔 蘿蔔, 紅蘿蔔, 香菇, 絞肉/煮	產納鹽蔬菜 味噌海芽湯 味噌, 海芽, 豆腐	5 . 7	2 . 2	2 . 3	2 . 7	7 4 3
★	4/29	二	白米飯	日式咖哩雞 洋芋, 紅蘿蔔, 雞丁/煮	0嫩蒸蛋 蛋, 蔥, 紅蘿蔔/蒸	竹筍炒肉絲 筍, 肉絲, 紅蘿蔔/炒	有機蔬菜 番薯芋圓湯 地瓜, 芋圓	5 . 3	2 . 6	2 . 0	2 . 9	7 4 7
★	4/30	三	主廚拌麵	黃金魚排 虱目魚排/炸	滷香世家 酸菜心, 素肚, 四分干/滷	蛋酥白菜 大白菜, 蛋, 木耳/煮	季節蔬菜 黃瓜肉片湯 黃瓜, 肉片	5 . 2	2 . 7	1 . 9	2 . 8	7 4 0

★ 標示為三章一0申請日 / 營養師 蔡宜澄

*全面使用非基改黃豆製品及玉米

*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉。

*菜單中含有蛋、堅果、蝦米、大豆、魚類等過敏原，過敏體質者請小心食用。

●標示為亮點食譜菜色

*週一供應產銷履歷蔬菜

*週二四五供應有機蔬菜