



# 津味優質午餐



感謝您的反饋!!  
※津味午餐問卷調查  
線上調查表

龍岡國中幼兒園

111年11月菜單

| 日期    | 星期 | 早點         | 主食    | 美味主菜                     | 美味副菜                          | 湯品                        | 午點        | 三<br>章<br>一<br>Q<br>回<br>饋 | 全<br>日<br>食<br>譜<br>(A) | 午<br>餐<br>食<br>譜<br>(B) | 午<br>餐<br>食<br>譜<br>(C) | 午<br>餐<br>食<br>譜<br>(D) |     |
|-------|----|------------|-------|--------------------------|-------------------------------|---------------------------|-----------|----------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-----|
| 11/1  | 二  | 埔里米粉湯      | 胚芽米飯  | 筍干燉腱肉<br>筍干.C豬肉/燒        | 三色滑蛋<br>Q非基改玉米.Q紅蘿蔔.T毛豆.Q雞蛋/炒 | 冬瓜豚肉湯<br>Q冬瓜.小薏仁.C豬肉      | 綠豆湯       |                            | 5.3                     | 2.2                     | 2                       | 2                       | 676 |
| 11/2  | 三  | 南洋雞絲飯      | 白飯    | 香菇瓜仔雞<br>香菇.瓜仔.C雞肉/煮     | 彩椒四季豆<br>Q彩椒.T軟豆.C豬肉/炒        | 竹筍肉片湯<br>Q竹筍.C豬肉          | 綜合關東煮     |                            | 5                       | 5                       | 2.2                     | 2                       | 870 |
| 11/3  | 四  | 蔥蛋乾拌麵      | 白飯    | 鐵板里肌肉排<br>C豬肉/燒          | 鮮筍肉絲<br>C豬肉.Q竹筍.Q紅蘿蔔.Q木耳/炒    | 玉米濃湯<br>非基改玉米粒.雞蛋         | 鮮奶+愛心小麵包  |                            | 5.3                     | 2                       | 2.2                     | 2                       | 666 |
| 11/4  | 五  | 豆奶+煎餃*3    | 麥片Q飯  | 羅勒三杯雞<br>九層塔.C雞肉/炒       | 蔬菜粉絲<br>Q高麗菜.Q紅蘿蔔.冬粉/炒        | 雪花菇菇湯<br>Q金針菇.Q秀珍菇.Q雞蛋    | 皮蛋瘦肉粥     |                            | 5.5                     | 5                       | 2                       | 2                       | 900 |
| 11/7  | 一  | 鮮蔬湯麵       | 芝麻白飯  | 沙茶肉片<br>Q洋蔥.C豬肉/燒        | 椰香咖哩<br>Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/煮           | 紫菜蛋花湯<br>海芽.Q雞蛋           | 茄汁螺旋麵     |                            | 5.5                     | 2                       | 2                       | 2                       | 675 |
| 11/8  | 二  | 香菇雞茸粥      | 白飯    | 泰式雞排<br>C雞排/燒            | 珍珠玉米<br>Q非基改玉米.C豬肉.Q紅蘿蔔.T毛豆/炒 | 柴魚味噌湯<br>柴魚.味噌.非基改豆腐      | 綠豆地瓜湯     |                            | 6.5                     | 5                       | 2                       | 2                       | 970 |
| 11/9  | 三  | 田園蔬菜炒麵     | 白飯    | 和風酥炸魚排<br>C魚肉/炸          | 沙茶滷味<br>素肚.Q杏鮑菇.酸菜心/滷         | 羅宋湯<br>Q番茄.Q洋蔥.C豬肉        | 鮮奶+慶生蛋糕   |                            | 5                       | 2.2                     | 2                       | 2.3                     | 669 |
| 11/10 | 四  | 大白菜粉絲煲     | 蕎麥米飯  | 蜜汁燒雞翅<br>C雞翅/燒           | 紅娘炒蛋<br>Q紅蘿蔔.Q雞蛋/炒            | 迪化麵線湯<br>脆筍絲.C肉羹.Q紅蘿蔔.紅麵線 | 炒客家米苔目    |                            | 5                       | 2.2                     | 2                       | 2                       | 655 |
| 11/11 | 五  | 白醬燉飯       | 五穀米飯  | 蒜泥白肉<br>Q洋蔥.蒜.C豬肉/煮      | 刺瓜貢丸<br>Q大黃瓜.C貢丸.Q紅蘿蔔/燒       | 白玉肉片湯<br>Q蘿蔔.C豬肉          | 鮮奶+草莓夾心麵包 |                            | 5                       | 2                       | 2.3                     | 2                       | 648 |
| 11/14 | 一  | 絲瓜麵線       | 海苔香鬆飯 | 瓜仔肉燥干丁<br>瓜仔.C豬肉.非基改干丁/煮 | 芙蓉蒸蛋<br>Q雞蛋/蒸                 | 木瓜燉湯<br>Q木瓜.C豬肉           | 巧達貝殼麵     |                            | 5                       | 2                       | 2                       | 2                       | 640 |
| 11/15 | 二  | 番茄雞蛋麵      | 小米蒸飯  | 糖醋魚球<br>C魚肉/燒            | 芹香海帶絲<br>海帶絲.非基改白干絲/炒         | 刺瓜雞湯<br>Q刺瓜.C雞肉           | 鮮奶+杯子蛋糕   |                            | 5                       | 2                       | 2.3                     | 2                       | 648 |
| 11/16 | 三  | 玉米蛋炒飯      | 白飯    | 夜市鹽酥雞<br>C雞肉/炸           | 沙茶小火鍋<br>Q大白菜.Q金針菇.C豬肉/煮      | 韓式海帶湯<br>海帶.Q黃豆芽.C豬肉      | 綠豆甜湯      | 豆奶                         | 5                       | 2                       | 2.2                     | 2.3                     | 659 |
| 11/17 | 四  | 芋頭鹹稀飯      | 白飯    | 鐵板肉柳<br>Q洋蔥.C豬肉/煮        | 日式蘿蔔煮<br>Q蘿蔔.C黑輪/煮            | 貴族濃湯<br>Q非基改玉米粒.Q雞蛋       | 客家湯麵      |                            | 5                       | 2                       | 2.2                     | 2                       | 645 |
| 11/18 | 五  | 台南<br>擔擔拌麵 | 燕麥飯   | 暖呼麻油雞<br>C雞肉/煮           | 開湯高麗<br>Q高麗菜.Q紅蘿蔔.蝦皮/炒        | 米粉湯<br>粗米粉.C豬肉.Q芹菜        | 鮮奶+藍莓吐司   |                            | 5.2                     | 2                       | 2.2                     | 2                       | 659 |
| 11/21 | 一  | 豆奶+鍋貼*2    | 芝麻香飯  | 韓式泡菜燒肉<br>Q大白菜.C豬肉/燒     | 毛豆百頁海結<br>T毛豆.非基改百頁.海帶結/煮     | 肉骨茶湯<br>Q蘿蔔.C豬肉.肉骨茶包      | 吻魚滑蛋粥     |                            | 5                       | 2.2                     | 2                       | 2                       | 655 |
| 11/22 | 二  | 大滷麵        | 蕎麥米飯  | 爪哇咖哩雞<br>Q馬鈴薯.C雞肉/煮      | 蕃茄炒蛋<br>蛋.Q茄.Q雞蛋/煮            | 小魚味噌湯<br>味噌.非基改豆腐.小魚干     | 紅麵線羹      |                            | 5                       | 2.2                     | 2                       | 2                       | 655 |
| 11/23 | 三  | 茄汁義大利麵     | 白飯    | 蘑菇醬豬柳<br>豬肉/炒            | 鮮炒花椰<br>C花椰菜.Q紅蘿蔔/炒           | 海芽肉片湯<br>海芽.C豬肉.Q雞蛋       | 鮮奶+鮮肉包    |                            | 5                       | 2                       | 2.2                     | 2                       | 645 |
| 11/24 | 四  | 香菇板條湯      | 白飯    | 蠔油蒜香雞翅<br>雞翅/燒           | 奶香白菜<br>Q大白菜.Q紅蘿蔔/煮           | 枕瓜薏米湯<br>Q冬瓜.小薏仁.C雞肉      | 紅豆甜湯      |                            | 5.5                     | 2                       | 2.2                     | 2                       | 680 |
| 11/25 | 五  | 蘿蔔糕湯       | 胚芽米飯  | 五香燉肉<br>C豬肉.Q蘿蔔/煮        | 胡瓜肉片<br>Q大黃瓜.C豬肉.Q紅蘿蔔/煮       | 酸辣湯<br>非基改豆腐.脆筍絲.Q紅蘿蔔     | 油豆腐粉絲湯    |                            | 5                       | 2                       | 2.2                     | 2                       | 645 |
| 11/28 | 一  | 廣東粥        | 白飯    | 肉末豆腐<br>非基改豆腐.C豬肉        | 蒲瓜百匯<br>Q蒲瓜.Q紅蘿蔔/煮            | 蕃茄蛋花湯<br>Q番茄.Q雞蛋          | 鮮奶+玉米脆片   |                            | 5                       | 2                       | 2.2                     | 2                       | 645 |
| 11/29 | 二  | 家常湯餃       | 小米蒸飯  | 黑椒醬豬排<br>C豬肉/燒           | 洋芋燒<br>Q洋芋.Q紅蘿蔔/煮             | 竹筍燉湯<br>Q竹筍.C豬肉           | 鍋燒雞絲麵     |                            | 5.5                     | 2                       | 2                       | 2                       | 675 |
| 11/30 | 三  | 客家炒米粉      | 海苔香鬆飯 | 蔥爆雞丁<br>C雞肉/炒            | 夜市滷味湯<br>凍豆腐.C魚丸.Q金針菇.Q高麗菜/煮  | 榨菜肉絲湯<br>榨菜.C豬肉           | 黑糖地瓜湯     |                            | 5                       | 2                       | 2                       | 2                       | 640 |

★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，不適合同其過敏體質者食用。

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：呂如蘋 營養字第3594號