



津味優質午餐



龍岡國中幼兒園
113年8+9月菜單

日期	星期	早點	主食	美味主菜	美味副菜		湯品		午點	三糖一Q回饋	全蛋黃(個)	全蛋清(個)	全蛋黃(個)	全蛋清(個)	全蛋黃(個)	全蛋清(個)
8/30	五	雞茸鮮蔬煲	白飯	蘑菇醬燉肉 C豬肉/煮	筍干麵輪 筍干、麵輪/燒	有機蔬菜	菇菇蔬菜湯 Q絲瓜、Q秀珍菇	水果	優酪乳+小蛋糕	5.3	2	2	2	6	688	
9/2	一	鍋貼×2+豆奶	芝麻白飯	塔香三杯雞 C雞肉/炒	彩繪玉米蛋 Q雞蛋、Q非基改玉米、Q紅蘿蔔、T毛豆/炒	產銷履歷蔬菜	古早味米粉湯 米粉、Q芹、C豬肉	水果	菠菜瘦肉粥	5.2	2.1	2.1	2.1	2.7	696	
9/3	二	古早味肉燥麵	白飯	糖醋咕咾肉 C豬肉/燒	咖哩洋芋燒 Q馬鈴薯、Q紅蘿蔔/燒	有機蔬菜	冬瓜豚肉湯 Q冬瓜、C豬肉		芋圓撞奶	5.3	2.3	2.2	2.2	2.6	716	
9/4	三	招牌拌飯	白飯	香酥雞堡 C雞堡/炸	秘滷時蔬 Q大白菜、Q紅蘿蔔/滷	李節青菜	蘿蔔燉肉湯 Q白蘿蔔、C豬肉	水果	鮮奶+黑糖饅頭	5.2	2	2.3	2.3	2.8	698	
9/5	四	番茄雞蛋麵	胚芽米飯	鍋燒魚煲 C魚肉/燒	日式蒸蛋 Q雞蛋/蒸	有機蔬菜	味噌豆腐湯 非基改豆腐		古早味蘿蔔糕湯	5.1	2.1	2	2.5		677	
9/6	五	埔里米粉湯	小蔥仁飯	蜜汁雞排 C雞肉/燒	五味脆皮豆腐 非基改油豆腐、Q洋蔥/煮	有機蔬菜	貴族濃湯 Q非基改玉米粒、Q雞蛋	水果	鮮奶+草莓吐司	5.2	2.1	2.1	2.1	2.6	691	
9/9	一	家常湯餃	白飯	涮涮壽喜燒 C豬肉/燒	和風白玉燒 Q白蘿蔔、Q紅蘿蔔/燒	產銷履歷蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、Q雞蛋	水果	豆奶+烤地瓜	5.2	2	2.3	2.3	2.6	689	
9/10	二	肉羹麵線糊	白飯	照燒翅小腿×2 C翅小腿/燒	番茄炒蛋 Q番茄、Q雞蛋/炒	有機蔬菜	結頭肉絲湯 Q結頭菜、C豬肉		芋頭鹹粥	5.2	2.2	2.2	2.2	2.7	706	
9/11	三	青醬雞肉義麵	白飯	嘎拉脆皮豬排 C豬排/炸	蛋酥白菜滷 Q雞蛋、Q大白菜/滷	李節青菜	菇菇燉雞湯 Q香菇、C雞肉	水果	鮮奶+慶生蛋糕	5.3	2.3	2.3	2.3	2.8	727	
9/12	四	優酪乳+蒸銀絲卷	五穀米飯	塔香魚丁 C魚肉/燒	紅娘滑蛋 Q雞蛋、Q紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	港式酸辣湯 非基改豆腐、Q紅蘿蔔、Q雞蛋		絲瓜蛋麵線	5.1	2.1	2.1	2.1	2.7	689	
9/13	五	香菇瘦肉粥	麥片Q飯	泰式酸甜雞 C雞肉/燒	一品滷味燙 海帶結、非基改四分干/滷	有機蔬菜	經典肉骨茶 Q白蘿蔔、肉骨茶包	水果	鮮奶+小麵包	5.3	2.2	2	2.5		699	
9/16	一	客家炒板條	白飯	濃醇咖哩豬 C豬肉/煮	蜜汁豆干 Q洋蔥、非基改黑豆干、C豬肉/燒	產銷履歷蔬菜	養生木瓜湯 Q青木瓜	水果	優酪乳+芋泥包	5.1	2.1	2.1	2.1	2.6	684	
9/17	二	中秋節放假一天														
9/18	三	鮮奶+煎餃×2	白飯	吮指炸雞翅 C雞翅/炸	招牌佛跳牆 Q大白菜、Q芋頭/滷	李節青菜	番茄蛋花湯 Q番茄、Q雞蛋	水果	紅豆湯	豆奶	5.2	2.2	2.4	2.8	715	
9/19	四	蔬菜大滷麵	蕎麥白飯	左宗棠燒雞 C雞肉/燒	Q嫩茶碗蒸 Q雞蛋、Q紅蘿蔔、蔥/蒸	有機蔬菜	海芽味噌湯 非基改豆腐、海帶芽		豆奶+水煮玉米	5.1	2.3	2	2.5		692	
9/20	五	台南擔擔麵	小蔥仁飯	筍香扣肉 C豬肉、筍干/滷	蘿蔔肉羹 Q白蘿蔔、C肉羹/煮	有機蔬菜	玉米濃湯 Q非基改玉米粒、Q雞蛋	水果	鮮奶+藍莓吐司	5.2	2	2	2.6		681	
9/23	一	台式炒米粉	海苔香鬆飯	油腐燉雞 非基改油豆腐、C雞肉/煮	開陽扁蒲 Q蒲瓜、蝦米/煮	產銷履歷蔬菜	大瓜肉片湯 Q大黃瓜、C豬肉	水果	烤地瓜+鮮奶	5.1	2.1	2.1	2.1	2.6	684	
9/24	二	豆芽乾拌麵	白飯	鐵板豚肉 Q洋蔥、C豬肉/炒	雞茸馬鈴薯 Q馬鈴薯、C雞肉/煮	有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜、C豬肉		優酪乳+菜包	5.4	2	2.1	2.1	2.6	698	
9/25	三	肉絲炒麵	白飯	海苔雞米花×2 C雞肉/炸	醋溜海絲 C豬肉、海帶絲、Q紅蘿蔔、非基改白干絲/炒	李節青菜	羅宋湯 Q番茄、Q芹	水果	冬瓜山粉圓	5.2	2	2.4	2.8		700	
9/26	四	鮮蔬冬粉	小米香飯	酸甜魚丁 C魚丁/燒	泰式打拋肉 C豬肉、非基改干丁、九層塔/炒	有機蔬菜	鮮味肉羹湯 C肉羹、Q雞蛋、Q大白菜		三角薯餅×2+豆奶	5.3	2.1	2	2.6		696	
9/27	五	玉米滑蛋粥	燕麥Q飯	洋蔥燒肉 Q洋蔥、C豬肉/炒	茄汁滑蛋 Q番茄、Q雞蛋/炒	有機蔬菜	竹筍燉肉湯 竹筍、C豬肉	水果	鮮奶+小蛋糕	5.1	2.1	2.4	2.4	2.6	692	
9/30	一	美濃湯板條	白飯	家常黃悶雞 C雞肉/燒	葷菇豆腐煲 Q香菇、非基改豆腐/煮	產銷履歷蔬菜	蘿蔔湯 Q白蘿蔔	水果	迪化紅麵線	5.3	2.2	2.1	2.1	2.5	701	

★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。◇油飯使用白米製作

▽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、蠶豆及其製品為食品過敏原，不適合對其過敏體質者食用。

●產銷履歷蔬菜與有機蔬菜以桃園市農會所提供的深綠色蔬菜為主。

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：李怡宣 營養字第10867號