



榮興食品

111年12月 龍岡幼兒園菜單

日期	星期	早點	午餐							午點					
		主食	主食	主 菜	副 菜	青菜	湯 品	附餐	主食	主 食	豆 魚 蛋 肉	蔬 菜	油 類	糖 類	三 一 Q
12/1	四	香煎蘿蔔糕 蘿蔔糕	香Q米飯 白米	沙嗲燒肉 豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔/燒	起司章魚燒 章魚燒、馬鈴薯/烤	有機 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、雞蛋	香蕉	絲瓜麵線 麵線、絲瓜	5	2.2	2.1	2.1	662	✓
12/2	五	義式焗烤麵 乳酪絲、義大利麵	香Q米飯 白米	香烤翅小腿 翅腿*2/烤	日式關東煮 白蘿蔔、紅蘿蔔、海帶結/煮	有機 蔬菜	黃金玉米濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯	鮮奶	奶香銀絲卷 銀絲捲	5.1	2.1	2	2	654.5	✓
12/5	一	皮蛋瘦肉粥 白米、絞肉、皮蛋	五穀飯 白米、五穀米	糖醋咕咾肉 豬肉、洋蔥/燒	Q嫩茶碗蒸 雞蛋/蒸	產履 蔬菜	古早味米粉湯 米粉、紅蘿蔔、香菇	蘋果	黃金玉米濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯	5.1	2.1	2.1	2.0	657	✓
12/6	二	陽春麵 麵條、紅蘿蔔、木耳	香Q米飯 白米	石斑魚特餐 石斑魚/煮	南洋咖哩 馬鈴薯、紅蘿蔔/燒	有機 蔬菜	日式味噌湯 非基改豆腐、柴魚片	楊桃	古早味綠豆湯 綠豆	5.2	2.3	2.0	2.0	676.5	✓
12/7	三	鮭魚炒飯 白米、鮭魚	香Q米飯 白米	搖搖鹽酥雞 雞胸肉/炸	五彩鮮瓜 大黃瓜、木耳、紅蘿蔔/炒	Q蔬 菜	羅宋湯 非基改豆腐、白菜、蕃茄	橘子	慶生蛋糕 蛋糕	5.1	2.2	2.2	2.1	671.5	✓
12/8	四	鮮蔬湯麵 麵條、洋蔥、高麗菜	糙米飯 白米、糙米	蜜汁燒肉片 豬肉片/燒	鮮肉冬粉 冬粉、絞肉/炒	有機 蔬菜	雙色蘿蔔湯 紅蘿蔔、白蘿蔔	豆奶	香甜八寶粥 花豆、綠豆、燕麥	5.2	2.2	2.1	2.0	671.5	✓
12/9	五	五穀鹹粥 白米、五穀米、紅蘿蔔	香Q米飯 白米	紅燒雞丁 雞胸丁、洋蔥/燒	蔥燒豆干 非基改豆干、蔥/燒	有機 蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜、肉片	優酪乳	水煮蛋 雞蛋	5.1	2.1	2.0	2.2	663.5	✓
12/12	一	麻油麵線 麵線	活力薏仁飯 白米、薏仁	海苔椒鹽魚塊 魚塊/煎	蕃茄炒蛋 蕃茄、雞蛋/炒	產履 蔬菜	福菜肉片湯 福菜、肉片	芭樂	玉米吻魚粥 白米、玉米粒、吻仔魚	5.2	2.2	2.1	2.2	680.5	✓
12/13	二	招牌餛飩湯 餛飩、芹菜	香Q米飯 白米	筍香東坡肉 筍干、豬肉丁/滷	玉米肉醬 玉米粒、紅蘿蔔、絞肉/煮	有機 蔬菜	港式肉骨茶 白蘿蔔、雞丁、肉骨茶	鮮奶	木須炒麵 麵條、木耳、紅蘿蔔	5.1	2.1	2.1	2.1	661.5	✓
12/14	三	金瓜米粉 米粉、南瓜	香Q米飯 白米	蜜汁雞排 雞排/烤	客家小炒 非基改豆干、木耳/炒	Q蔬 菜	木須肉絲湯 榨菜、豬肉絲	橘子	彰化麵線羹 麵線、木耳、筍絲	5.0	2.1	2.2	2.0	652.5	✓
12/15	四	雲南米干 米干、紅蘿蔔	香Q米飯 白米	鐵板肉柳 豬肉柳、洋蔥/燒	刺瓜肉片 大黃瓜、豬肉片/炒	有機 蔬菜	醋溜酸辣湯 木耳、筍絲、非基改豆腐	豆漿	紅豆紫米粥 白米、紫米、紅豆	5.1	2.2	2.3	2.1	674	✓
12/16	五	芋頭肉茸粥 白米、芋頭、絞肉	胚芽飯 白米、胚芽米	糖醋魚柳 魚柳、洋蔥/燒	芋香白菜滷 大白菜、木耳、紅蘿蔔/滷	有機 蔬菜	什錦火鍋湯 白蘿蔔、紅蘿蔔、魚丸	香蕉	雞絲滷肉飯 雞絲、絞肉	5.1	2.1	2.2	2.0	659.5	✓
12/19	一	肉絲炒飯 白米、紅蘿蔔、玉米粒	香Q米飯 白米	蒜泥白肉 豬肉片、時蔬/炒	銀芽三絲 豆芽菜、紅蘿蔔、韭菜/炒	產履 蔬菜	竹筍肉片湯 竹筍、肉片	百香果	小米粥 白米、小米	5.1	2.2	2.1	2.2	673.5	✓
12/20	二	香菇肉絲板條 板條、香菇、豬肉絲	香甜地瓜飯 白米、地瓜	紐澳良腿排 雞腿排/烤	海結燉肉 海帶結、豬肉丁/燉	有機 蔬菜	紫菜豆腐湯 非基改豆腐、紫菜	優酪乳	玉米蒸蛋 玉米粒、雞蛋	5.2	2.1	2.3	2.1	673.5	✓
12/21	三	茄汁義大利麵 義大利麵、紅蘿蔔、玉米粒	香Q米飯 白米	沙茶雞丁 雞胸丁/燒	一品香滷味 非基改豆干、素肚、海帶結/滷	Q蔬 菜	冬瓜貢丸湯 冬瓜、貢丸	火龍果	客家米苔目 米苔目、紅蘿蔔、木耳	5.1	2.2	2.2	2.2	676	✓
12/22	四	暖心關東煮 白蘿蔔、紅蘿蔔、CAS火鍋料	十穀飯 白米、十穀米	香滷豬排 豬排/滷	醉醬肉燥 非基改豆干丁、絞肉/煮	有機 蔬菜	昆布肉片湯 昆布、豬肉片	豆漿	綠豆芋圓湯 綠豆、芋圓	5.0	2.3	2.2	2.3	681	✓
12/23	五	家常肉絲燴飯 白米、豬肉絲	香Q米飯 白米	香菇雞丁 雞胸丁、香菇/燒	鐵板油腐 非基改油豆腐、絞肉/煮	有機 蔬菜	巧達濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯	橘子	招牌廣東粥 白米、絞肉、香菇	5.1	2.2	2.3	2.1	674	✓
12/26	一	咖哩炒麵 麵條、紅蘿蔔、玉米粒	香Q米飯 白米	金禧里肌 豬里肌肉/燒	義式莎莎肉醬 馬鈴薯、紅蘿蔔、絞肉/煮	產履 蔬菜	黃瓜肉片湯 大黃瓜、肉片	蘋果	鮪魚炒飯 白米、鮪魚	5.1	2.2	2.2	2.0	667	✓
12/27	二	客家炒米粉 米粉、木耳、紅蘿蔔	紫米飯 白米、紫米	塔香三杯雞 九層塔、雞胸丁/炒	蒲瓜肉絲 蒲瓜、肉絲/炒	有機 蔬菜	彰化麵線糊 紅蘿蔔、木耳、麵線	鮮奶	關西燒仙草 仙草	5.2	2.1	2.2	2.1	671	✓
12/28	三	肉絲炒飯 白米、紅蘿蔔、玉米粒	香Q米飯 白米	香滷雞翅 雞翅/滷	冬瓜燒肉 冬瓜、豬肉丁/燒	Q蔬 菜	酸菜肉片湯 酸菜、豬肉片	芭樂	養生地瓜湯 地瓜	5.2	2.2	2.1	2.1	676	✓
12/29	四	蔥蛋拌麵 麵條、雞蛋、蔥	香Q米飯 白米	本番壽喜燒 肉片、洋蔥/燒	熱炒燴三鮮 筍絲、木耳、紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	木瓜雞湯 青木瓜、雞丁	豆漿	巧達濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯	5.1	2.1	2.2	2.2	668.5	✓
12/30	五	豬肉餡餅 餡餅	燕麥飯 白米、燕麥	香酥虱目魚排 虱目魚排/炸	毛豆百頁 毛豆、非基改百頁豆腐/炒	有機 蔬菜	結頭菜肉絲湯 結頭菜、豬肉絲	香蕉	暖心紅豆湯 紅豆	5.0	2.2	2.3	2.3	676	✓

菜單設計：鄭郁潔 營養師 (營養字第010580號) 『本產品含有蛋、魚類、奶粉、花生、芝麻、麸質之穀類，不適合對過敏體質者食用。』

PS.本菜單所使用的黃豆、玉米及其製品均使用非基改原料製作及烹煮。 ※本廠一律使用『國產生鮮肉品』產地：台灣。