

本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品								久翔食品股份有限公司						
日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	水果	熱量
4	一	醬香什錦炒麵	茄汁豬排*1	芹香黑輪	脆薯干丁	履歷蔬菜	鮮菇蘿蔔湯	水果	6.2	2.5	1.8	2.7	1	858
		麵,高麗菜,豬肉,魚板,柴魚片	豬排	黑輪,芹菜,紅蘿蔔	豆薯,豆干,鮑菇	白蘿蔔,香菇,龍骨								
5	二	白飯	咖哩燒雞	紅燒麵輪	枸杞高麗	有機蔬菜	海芽蛋花湯		6.2	2.4	1.9	2.4		779
		白米	雞肉,洋芋,紅蘿蔔,咖哩	冬瓜,麵輪,川耳	高麗菜,枸杞	殼蛋,海芽,龍骨								
6	三	小米飯	烤雞排*1	海山醬油腐	脆炒黃瓜	履歷蔬菜	南瓜濃湯		6.3	2.4	1.7	2.3		777
		白米,小米	雞排	油豆腐,豬肉,紅蘿蔔,毛豆仁	大黃瓜,紅蘿蔔,木耳	南瓜,洋芋,殼蛋,奶粉								
7	四	麥片飯	醋溜魚丁	玉米肉醬	白菜滷	履歷蔬菜	針菇肉絲湯	水果	6.2	2.3	1.9	2.4	1	831
		白米,麥片	旗魚丁,洋蔥,彩椒	玉米,豬肉,紅蘿蔔	大白菜,紅蘿蔔,香菇	針菇,紅蘿蔔,豬肉								
8	五	蕎麥飯	魚香豆腐	洋蔥炒蛋	海帶三絲	履歷蔬菜	山藥薏仁湯	奶皇包	6.4	2.3	1.8	2.6		792
		白米,蕎麥	豆腐,豬肉,蔥	液蛋,洋蔥,毛豆仁	海帶絲,紅蘿蔔,芹菜	山藥,薏仁,龍骨								
11	一	白飯	嫩汁豬排*1	貢丸滷味	小瓜鮑菇	履歷蔬菜	大滷湯	水果	6.1	2.4	1.9	2.4	1	832
		白米	豬排	白蘿蔔,豆干,紅蘿蔔,貢丸	小黃瓜,鮑菇,紅椒	豆腐,木耳,殼蛋,紅蘿蔔,蔥								
12	二	紫米飯	白菜砂鍋魚	海芽炒蛋	炸地瓜塊	有機蔬菜	巧達濃湯		6.4	2.4	1.7	2.9		811
		白米,紫米	烏魚丁,大白菜,紅蘿蔔,木耳,沙茶	液蛋,毛豆,海芽	地瓜	洋芋,雞蛋,紅蘿蔔,奶粉								
13	三	燕麥飯	瓜仔豆腐	香菇蒸蛋	塔香海茸	履歷蔬菜	羅宋湯	菠蘿麵包	6.4	2.4	1.9	2.3		789
		白米,燕麥	冬瓜,豆腐,豬肉,脆瓜	液蛋,香菇	海茸,紅蘿蔔,九層塔	豆薯,番茄,芹菜,豬肉								
14	四	麻香油飯	滷雞排*1	洋芋炒肉	雙色花椰	履歷蔬菜	青菜蛋花湯	水果	6.2	2.5	1.8	2.3	1	840
		白米,糯米,豬肉,香菇,紅蔥頭,麻油	雞排	洋芋,豬肉,紅蘿蔔,毛豆仁	白綠花椰,香菇	時蔬,雞蛋,龍骨								
15	五	薏仁飯	花雕滷肉	味噌油腐	田園高麗	履歷蔬菜	米粉湯		6.3	2.3	2.0	2.4		781
		白米,薏仁	豬肉,白蘿蔔,枸杞,花雕酒	油豆腐,魚卵捲,紅蘿蔔,毛豆仁,味噌	高麗菜,彩椒	米粉,大白菜,豬肉,芹菜								
18	一	胚芽飯	韓式冬粉大砲雞	芹香炒肉	彩繪蒲瓜	履歷蔬菜	鮮菇味噌湯	水果	6.2	2.2	2.0	2.6	1	835
		白米,胚芽米	雞肉,大白菜,泡菜,冬粉,鵝蛋	豆干,豬肉,紅椒,芹菜	蒲瓜,紅蘿蔔	針菇,海芽,味噌								
19	二	茄汁肉醬義大利麵	炸雞翅*1	野菜花枝丸	清燉蘿蔔	有機蔬菜	冬瓜粉圓		6.3	2.4	1.9	2.7		800
		義大利直麵,豬肉,番茄,洋蔥,玉米	雞翅	白綠花椰菜,花枝丸片	白蘿蔔,玉米段,香菇	冬瓜茶,粉圓								
標示●含有過敏原			教育部-學校午餐食物內容及營養基準			國中生			5.5	2.5	2.0	2.5	1.0	860

久翔食品股份有限公司														
日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	附餐	全蛋雞腿	豆腐蛋肉	蔬菜	油麵	水果	熱量
4	一	什錦素炒麵	糖醋豆腸	芹香甜不辣	脆薯干丁	履歷蔬菜	鮮菇蘿蔔湯	水果	6.1	2.4	1.9	2.9	1	855
		麵,高麗菜,素肉絲,茼蒿絲	豆腸,番茄,彩椒	素甜不辣,芹菜,紅蘿蔔	豆薯,豆干,鮑菇	白蘿蔔,香菇								
5	二	白飯	咖哩百頁	紅燒麵輪	枸杞高麗	有機蔬菜	海芽味噌湯		6.0	2.4	1.9	2.5		770
		白米	百頁,洋芋,紅蘿蔔,咖哩	冬瓜,麵輪,川耳	高麗菜,枸杞	豆腐,海芽,味噌								
6	三	小米飯	清蒸蔬菜捲*1	香滷油腐	脆炒黃瓜	履歷蔬菜	南瓜濃湯		6.1	2.4	1.9	2.4		772
		白米,小米	蔬菜捲	油豆腐,素絞肉,香菇,青豆仁	大黃瓜,紅蘿蔔,木耳	南瓜,洋芋,豆漿								
7	四	麥片飯	椒鹽素雞丁	茄汁麵筋	鮮菇白菜	履歷蔬菜	針菇肉絲湯	水果	6.0	2.5	2.0	2.9	1	858
		白米,麥片	素雞丁,鮑菇	麵筋,番茄,青豆仁	白菜,紅蘿蔔,香菇	針菇,素肉絲								
8	五	蕎麥飯	蠔油豆包	玉米肉醬	海帶三絲	履歷蔬菜	山藥薏仁湯	奶皇包	6.4	2.5	1.7	2.5		801
		白米,蕎麥	豆包,毛豆	玉米,素絞肉,紅蘿蔔	海帶絲,紅蘿蔔,芹菜	山藥,薏仁,枸杞								
11	一	白飯	髮菜豆腐羹	鮑菇四季	沙茶粉絲	履歷蔬菜	鮮菇油腐湯	水果	6.1	2.5	1.9	2.7	1	854
		白米	豆腐,白菜,髮菜	鮑菇,四季豆,紅椒	冬粉,高麗菜,素肉絲,素沙茶	油豆腐,玉米段,香菇								
12	二	紫米飯	紅燒百頁結	豆皮銀芽	芝香秋葵	有機蔬菜	巧達濃湯		6.0	2.3	2.0	2.4		760
		白米,紫米	百頁結,海結,紅蘿蔔	綠豆芽,豆皮,紅蘿蔔,木耳	秋葵,芝麻	洋芋,紅蘿蔔,豆漿								
13	三	燕麥飯	瓜仔豆腐	椰汁芋頭	塔香海茸	履歷蔬菜	羅宋湯	菠蘿麵包	6.4	2.3	1.9	2.5		790
		白米,燕麥	豆腐,冬瓜,脆瓜,素絞肉	芋頭,毛豆,椰漿	海茸,筍,九層塔	豆薯,番茄,素絞肉,芹菜								
14	四	麻香油飯	彩繪香竹捲	烤地瓜條*1	雙色花椰	履歷蔬菜	酸辣湯	水果	6.0	2.4	1.9	2.5	1	830
		白米,糯米,素肉絲,香菇,麻油	香竹捲,小黃瓜,紅蘿蔔	地瓜條	白綠花椰,玉米筍	豆腐,筍,木耳								
15	五	薏仁飯	三杯麵腸	味噌油腐	田園高麗	履歷蔬菜	米粉湯		6.0	2.4	2.0	2.5		772
		白米,薏仁	麵腸,杏鮑菇,九層塔	油豆腐,玉米筍,香菇,青豆仁,味噌	高麗菜,彩椒	米粉,白菜,素肉絲,芹菜								
18	一	胚芽飯	蜜汁燒烤麩	滷海帶捲*1	彩繪蒲瓜	履歷蔬菜	鮮菇味噌湯	水果	5.9	2.2	2.0	2.6	1	814
		白米,胚芽米	烤麩,川耳,紅蘿蔔,芝麻	海帶捲	蒲瓜,素蟬絲	針菇,海芽,味噌								
19	二	茄汁義大利麵	香酥素魚排*1	雞丁花椰	清燉蘿蔔	有機蔬菜	冬瓜粉圓		6.1	2.4	1.9	2.9		795
		義大利直麵,素絞肉,番茄,玉米	素魚排	素雞丁,綠花椰,紅椒	白蘿蔔,玉米段,香菇	冬瓜茶,粉圓								
標示●含有過敏原			教育部-學校午餐食物內容及營養基準			國中生			6.0	2.5	2.0	2.5	1.0	860