

國立新豐高中營養午餐週素菜單114/9/1-114/9/19

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	湯/飲料	營養成分				
								全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	總熱量
9/1	一	白飯	紅燒炒素肉	筍絲炒蛋	海根豆干	空心菜	冬瓜香菇湯	6	2.8	2	2.8	806
9/2	二	燕麥飯	宮保G丁	肉沫嫩腐	素關東煮	青江菜	冬菜粉絲湯	6.3	3.2	2	2.6	848
9/3	三	金黃蛋炒飯	醬燒素肉排	什錦燴雙菇	豆薯炒蛋	菜豆	白蘿蔔香菇湯	6	2.8	2.4	3	825
9/4	四	芝麻飯	素煙鵝	麻婆豆腐	三杯杏鮑菇	三色高麗	南瓜濃湯	6.2	2.8	2.1	3	832
9/5	五	白飯	咖哩小四角	素肉臊蒸蛋	海帶三絲	毛豆莢	味噌豆腐湯	6.2	3.1	2	3	852

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	湯/飲料	營養成分				
								全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	總熱量
9/8	一	白米飯	香滷黑豆干	番茄豆腐炒蛋	薑絲黑木耳	炒青菜	金桔檸檬	6	2.5	2	3	792.5
9/9	二	白米飯	蔬菜炒素羊肉	彩椒家常豆腐	五福臨門	炒青菜	豆薯三絲湯	6	2.8	2	3	815
9/10	三	白米飯	素客家小炒	絲瓜麵泡	玉米炒蛋	炒青菜	羅宋湯	6	2.5	2	3	792.5
9/11	四	白米飯	燻茶鵝	翡翠香菇蒸蛋	茄汁素肉	炒青菜	紫菜蛋花湯	6	2.5	2	3	792.5
9/12	五	白米飯	日式炸豆腐	紅絲木耳炒蛋	三杯麵腸	炒青菜	大麥珍珠	6	2.5	2	3	792.5

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	湯/飲料	營養成分				
								全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	總熱量
9/15	一	白飯	醬燒G丁	五香豆干片	雙菇燴白菜	炒青菜	鹽菜素肉絲湯	6.1	2.9	2	2.8	821
9/16	二	素香鬆飯	香菇素肉臊豆腐	泡菜寬粉	玉米三色	炒青菜	菜頭湯	6.1	2.9	2	3	830
9/17	三	日式炒飯	烤素鰻魚	紅蘿蔔炒蛋	客家冬瓜小菊	炒青菜	薑絲海芽湯	6	2.8	2	2.8	806
9/18	四	燕麥飯	嫩蛋鮑菇	紅燒豆腐	蔬菜排	炒青菜	當歸麵線湯	6.3	3	2	2.8	842
9/19	五	白飯	宮保豆干	壽喜燒什錦	義式馬鈴薯	炒青菜	玉米蛋花湯	6.3	3	2	2.8	842

負責廠商	114/9/1-114/9/19	★團膳反映SOP (1) 衛生問題除拍照外，務請留下物證及註明哪道菜(供合作社冰存)。 (2) "及時與即時"反映窗口有：合作社賣場、經理、理事主席永祿師。 (4) 如停止食用可疑菜色，可至備餐區補充其他廠商份量，以維全班權利。 ★教育部校園食材登錄平臺》 http://school.twfoodtrace.org.tw/index.html 本校午餐食材均登錄於此頁面縮址： ★退伙登記： 事、公假至晚請於前一日中午前、當日病假請於當日上午九點前完成，親自或委託他人或致電合作社專線(06)2303484或學校總機(06) 2304082轉40。 ★登記後仍須完成校內請假程序方能退費★
久大	第1週A區，第2週B區，第3週A區。	
聯利	第1週B區，第2週A區，第3週B區。	