

國立新豐高中營養午餐週菜單114/9/22-114/10/10

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
9/22	一	芝麻飯	三杯雞杏鮑菇	醬燒肉丁	蔥爆豆干	青江菜	味噌湯	6.2	3.9	1.5	3	899
9/23	二	小米飯	香酥豬排	麻婆豆腐	白玉燒麵輪	油菜	豆薯蛋花湯	6.3	3	1.7	3	843.5
9/24	三	米飯	鐵板雞柳	肉臊滷蛋	黃金燒賣	三色高麗	冬瓜蜆湯	6	2.8	1.8	2.8	801
9/25	四	蔥油拌飯	炸雞翅	馬蹄條	豆皮白菜滷	小瓜甜不辣	玉米龍骨湯	6	2.8	1.8	2.8	801
9/26	五	米飯	筍干肉角	紅燒雞丁	泰式豆腐	三絲大白菜	海芽蛋花湯	6	2.8	1.7	2.8	798.5

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
9/29	一	教師節補假										0
9/30	二	麥片飯	糖醋鮮魚片	翡翠蒸蛋	咖哩甜不辣	油菜	筍絲金針菇湯	6	2.9	1.5	2.9	805.5
10/1	三	米飯	鐵板豬柳	瓜仔雞丁	豆薯炒蛋	青江菜	冬瓜仙草	6	2.8	1.7	2.8	798.5
10/2	四	醬油炒飯	香酥翅中*2	魚羹麵線糊	芝麻包	三色高麗菜	丁香豆腐 味噌湯	6	2.7	1.7	2.7	786.5
10/3	五	胚芽飯	醬燒豬排	雞蓉玉米粒	家常豆腐	三色豆菜	酸辣湯	6	2.6	1.8	2.8	786

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
10/6	一	中秋節						6	3.2	2	2.6	827
10/7	二	芝麻飯	菲力雞排	肉末玉米粒	紅K炒蛋	炒青菜	冬菜粉絲肉絲湯	6.2	2.8	2	2.7	815.5
10/8	三	日式炒麵	檸檬雞條	豬肉餡餅	五味醬豆腐	炒青菜	玉米濃湯	5.5	2.6	2	2.7	751.5
10/9	四	白飯	香酥雞排	蝦米蒲瓜	糖醋甜不辣	炒青菜	黃豆芽菇菇湯	6	3	2	2.6	812
10/10	五	國慶日停餐										

本公司使用之豬肉為國產豬肉

負責廠商	114/9/22-114/10/10	★團購反映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4週B區，第5週A區，第6週B區。	
聯利	第4週A區，第5週B區，第6週A區。	