國立新豐高中營養午餐週素菜單115/11/2-115/11/20

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
11/2	一	白米飯	素肉燥油豆腐	煎蛋捲	塔香海茸	炒青菜	百香愛玉	6	2.7	2	3	807.5
11/3	二	白米飯	素蟹黃豆腐	小瓜炒蛋	酸菜炒鮮菇	炒青菜	刺瓜蛋花湯	6	2.7	2.2	3	812.5
11/4	三	白米飯	繽紛彩蔬	香菇花生麵泡	紅蘿蔔炒蛋	炒青菜	味噌湯	6	2.8	2	3	815
11/5	四	白米飯	素麻油雞	滷蛋	海帶干絲	炒青菜	蘿蔔香菇湯	6	2.8	2	3	815
11/6	五	白米飯	梅干豆腐	翡翠香菇蒸蛋	五色如意	炒青菜	冬瓜檸檬	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
11/9	一	燕麥飯	花瓜香菇素肉片	嫩蛋鮑菇	海苔地瓜	炒青菜	香菇白玉湯	6.4	2.7	2	3	836
11/10	二	白飯	麻油小四角麵線	蒙古炒肉	炒三絲	炒青菜	味噌湯	6.5	2.8	2	2.7	837
11/11	三	醬油拌飯	照燒烤麩	粉絲大白菜	蒲瓜炒蛋	炒青菜	當歸素肉湯	6.2	2.8	1.8	3	824
11/12	四	小米飯	素鰻魚	綜合滷味	麻婆豆腐	炒青菜	巧達濃湯	6.2	2.8	1.5	2.7	803
11/13	五	白飯	泰式雞丁	長豆炒肉絲	玉米炒蛋	炒青菜	薑絲海芽湯	6.1	2.9	1.9	2.8	818

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
11/16	一	白米飯	素蒼蠅頭	玉米蒸蛋	鮮菇炒三絲	炒青菜	梅子綠茶	6.1	2.7	1.8	3	809.5
11/17	二	白米飯	雙菇燴豆腐	玉米奶酥	什錦鮮蔬	炒青菜	豆薯木耳湯	6	2.5	2	3	792.5
11/18	三	白米飯	三杯豆干杏鮑菇	刺瓜炒蛋	筍茸麵泡	炒青菜	青菜豆腐湯	6	2.7	2	3	807.5
11/19	四	白米飯	毛豆彩椒豆包	素梅子雞	海苔地瓜	炒青菜	南瓜濃湯	6.2	2.5	2	3	806.5
11/20	五	白米飯	素麻婆豆腐	紅絲蛋捲	紅燒素肉片	炒青菜	麥茶	6	2.8	1.9	3	812.5

負責廠商	115/11/2-115/11/20	★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、理事主席立翔師。 (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10週B區，第11週A區，第12週B區。	
聯利	第10週A區，第11週B區，第12週A區。	