



美味午餐

龍山國小 112年2月午餐菜單

★皇佳食品廠
台灣豬標章QR碼



臺灣豬標章QR碼
QR碼查詢：02-2655-1111
QR碼查詢：02-2655-1111

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	水果類	熱量
13	一	香Q白飯	咖哩雞丁 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-煮	白菜滷 大白菜Q紅蘿蔔Q鮮菇Q肉絲S-煮	芝麻蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	產銷履歷	味噌海帶湯 海帶芽小魚干	5.8	2.4	2	2.5		749
14	二	糙米飯	香酥魚排 魚排Q-炸	紅麴肉燥 筍T絞肉S-煮	鮮炒合掌瓜 佛手瓜Q肉羹S-炒	有機蔬菜	田園南瓜湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	5.6	2.5	2.2	2.5	1	807
15	三	香Q白飯	義式燉雞 雞丁S甜椒Q洋蔥Q-燉	蒜味高麗 高麗菜Q培根S-炒	三杯麵腸 麵腸-燒	Q青菜	榨菜肉絲湯 榨菜T肉絲S	5.6	2.4	2	2.5		735
16	四	什錦炒麵	蒜香大排 豬排S-煮	玉米炒蛋 玉米粒S雞蛋Q-炒	紅仁青花菜 青花菜S紅蘿蔔Q木耳Q-炒	有機蔬菜	白玉雞丁湯 蘿蔔Q雞丁Q	5.8	2.4	2	2.7		758
17	五	麥片飯	雞肉親子丼 雞丁S洋蔥Q雞蛋Q-煮	肉片豆腐煲 豆腐肉片S-煮	芹香什錦 芹菜Q紅蘿蔔Q海帶絲-炒	有機蔬菜	麵線羹湯 麵線雞蛋Q筍T紅蘿蔔Q肉羹S	5.5	2.5	2	2.5		735
18	六	藜麥飯	甜麵醬鴨 鴨丁S米血丁S豆干-燒	翠炒時蔬 敏豆Q紅蘿蔔Q肉絲S-炒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒	產銷履歷	綠豆粉圓湯 綠豆珍珠粉圓	5.5	2.5	2.2	2.5		740
20	一	五穀米飯	香滷豬排 豬排S-滷	木須黃瓜 大黃瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	干丁肉燥 絞肉S干丁-滷	產銷履歷	玉米蛋花湯 玉米粒S雞蛋Q	5.6	2.4	2	2.8		748
21	二	肉鬆拌飯	暖呼麻油雞 雞丁S高麗菜Q豆管-煮	咖哩獅子頭 獅子頭S洋蔥Q紅蘿蔔Q-煮	塔香豬肉寬粉 寬粉絞肉S-燒	有機蔬菜	時瓜湯 青木瓜Q肉片S	5.8	2.4	2	2.5	1	809
22	三	香Q白飯	黑椒肉片 肉片S洋蔥Q-炒	和風白玉 蘿蔔Q香菇Q海帶結-煮	咋滋雞塊x2 雞塊S-炸	Q青菜	筍片雞丁湯 筍T雞丁Q	5.7	2.5	2	2.5		749
23	四	香Q白飯	五香滷棒腿 雞腿S-滷	冬瓜肉燥 冬瓜Q絞肉S-煮	蛋酥白菜 大白菜Q鮮菇Q雞蛋Q-煮	有機蔬菜	柴香豆腐湯 豆腐柴魚片	5.6	2.4	2.2	2.5		740
24	五	小米飯	塔香燒魚 魚丁Q豆干-燒	茄汁炒蛋 洋蔥Q毛豆Q雞蛋Q-炒	韭香豆芽菜 豆芽菜Q韭菜Q紅蘿蔔Q-炒	有機蔬菜	洋芋濃湯 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q雞蛋Q	5.5	2.4	2.2	2.7		742

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。 ★使用履歷米供餐，每週二提供水果。

營養師 劉容均

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：台灣農產生產追溯 (T)：產地-台灣