

旗美高中115年78月營養午餐 本公司使用之豬肉皆為國產豬肉

日期	星期	主食	副食一	副食二	青菜	湯品	水果/飲品	全穀類 (份)	豆魚肉 蛋類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂與堅 果種子類 (份)	水果類 (份)	乳品類 (份)	熱量(kcal)
7/27	一	白飯	咖哩雞	香菇花椰菜肉片	青菜	蔬菜湯		6	3	2	3	0	0	766
7/28	二	麥片飯	肉片滷味	筍絲雞	青菜	紅茶珍珠		6	3	2	3	0	0	781
7/29	三	小米飯	無骨鹹酥雞	青花肉絲	青菜	海芽蛋花湯		6	3	2	3	1	0	841
7/30	四	芝麻飯	糖醋高麗青椒肉	洋蔥雞	青菜	豆薯大骨湯		6	3	2	3	0	0	783
7/31	五	糙米飯/煮	大白魚柳	肉絲芹菜豆乾	青菜	白蘿蔔魚丸湯		6	3	2	3	0	0	766
8/3	一	白飯	洋蔥肉片	玉米雞茸	青菜	綠豆湯		6	3	2	3	0	0	781
8/4	二	麥片飯	酸菜雞肉	菇菇什錦肉絲	青菜	味噌湯		6	3	2	3	0	0	781
8/5	三	小米飯	蘿蔔燒雞	肉片+大白木耳	青菜	四神湯		6	3	2	3	0	0	783
8/6	四	芝麻飯	豆薯肉絲	黃金炸雞	青菜	大瓜大排湯		6	3	2	3	0	1	861
8/7	五	糙米飯/煮	宮保雞	海帶肉絲	青菜	南瓜蛋花湯		6	3	2	3	0	0	783
8/10	一	白飯	照燒玉米雞	家常豆腐+肉片	青菜	蕃茄蔬菜湯		6	+	2	3	0	0	###
8/11	二	白飯	麻奶豬	魯翅腿	青菜	味噌豆腐湯		6	3	2	3	0	0	781
8/12	三	小米飯	塔香米血雞	柳葉魚+地瓜	青菜	紫菜魚丸湯		6	3	2	3	0	0	781
8/13	四	芝麻飯	客家肉絲小炒	茄汁雞	青菜	鹹菜雞湯		6	3	2	3	1	0	843
8/14	五	糙米飯	沙嗲雞	泡菜年糕肉片	青菜	南瓜濃湯		6	3	2	3	0	0	766