

花蓮縣113學年度國民小學2月葷食菜單_德力強食品股份有限公司

日期	星期	編號	主食	主食明細	主菜	主菜明細	副菜一	副菜一明細	蔬菜	蔬菜明細	湯品	湯品明細	附餐一	附餐二	全穀雜糧類 (份)	豆魚蛋肉類 (份)	蔬菜類(份)	油脂與堅果 種子類(份)	乳品類(份)	水果類/份	熱量
02月11日	星期二	a2	白米飯	白米	碎瓜絞肉	絞肉 時瓜 碎瓜 豆干	肉絲豆芽	豆芽菜 豬後腿肉 紅蘿蔔 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	粉圓湯	粉圓 二砂	餐包		6	2.2	1.7	3.1	0	0	723
02月12日	星期三	a3	拌麵特餐	麵條	鹹酥雞	鹹酥雞	拌麵配料	時蔬 絞肉 紅蘿蔔 乾香菇絲 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	時瓜大骨湯	時瓜 大骨	履歷豆奶		4.6	2.2	1.6	3.2	0	0	627
02月13日	星期四	a4	糙米飯	白米 糙米	豆瓣魚丁	魚丁 油豆腐 冷凍季節豆 紅蘿蔔 豆瓣醬	螞蟥上樹	時蔬 絞肉 紅蘿蔔 冬粉 乾木耳絲	時蔬	蔬菜 大蒜	海芽豆腐湯	乾海帶芽 豆腐 薑	水果		5	3	1.6	3	0	1	750
02月14日	星期五	a5	芝麻飯	白米 芝麻(熟)	鮑菇燒雞	肉雞 杏鮑菇 紅蘿蔔 大蒜	時蔬豆干	時蔬 豆干 紅蘿蔔 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	時瓜大骨湯	時瓜 大骨	海苔		5	2.9	1.9	3.1	0	1	756.5
02月17日	星期一	b1	白米飯	白米	滑蛋燒雞	肉雞 洋蔥 紅蘿蔔 雞蛋 洋芋	絞肉時蔬	時蔬 乾木耳 絞肉 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	紫菜蛋花湯	紫菜 雞蛋 薑	旺仔小饅頭		5.1	3	1.7	3.5	0	0	722
02月18日	星期二	b2	糙米飯	白米 糙米	茄汁魚丁	魚丁 油豆腐 筍片 紅蘿蔔 番茄醬	時蔬黑輪	時蔬 黑輪 紅蘿蔔 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	紅豆湯	紅豆 二砂	餐包		6.4	2.9	1.7	3.1	0	0	789.5
02月19日	星期三	b3	古早味米粉	米粉	香滷雞翅	雞翅	米粉配料	時蔬 絞肉 紅蘿蔔 乾香菇絲 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	時瓜雞湯	時瓜 雞骨架	堅果		2.7	2.7	1.6	3	0	1	572.5
02月20日	星期四	b4	糙米飯	白米 糙米	時蔬肉片	豬後腿肉 時蔬 洋蔥 紅蘿蔔	蛋香時蔬	時蔬 雞蛋 紅蘿蔔	時蔬	蔬菜 大蒜	三絲羹湯	筍絲 紅蘿蔔 乾木耳 雞蛋	水果		5	2.2	2.1	3.2	0	1	727.5
02月21日	星期五	b5	紅藜飯	白米 紅藜	鮑菇雞	肉雞 杏鮑菇 紅蘿蔔	蔬香冬粉	時蔬 絞肉 冬粉 大蒜 乾木耳絲	時蔬	蔬菜 大蒜	味噌海芽湯	海帶芽 豆腐 味噌	海苔 有機豆奶		5.5	2.9	1.5	3	0	0	717
02月24日	星期一	c1	白米飯	白米	沙茶肉絲	豬後腿肉 時蔬 紅蘿蔔	時瓜絞肉	時瓜 冷凍玉米粒 紅蘿蔔 絞肉	時蔬	蔬菜 大蒜	榨菜肉絲湯	榨菜 豬後腿肉 紅蘿蔔	旺仔小饅頭		5.1	2.3	2.3	3.5	0	0	698.5
02月25日	星期二	c2	糙米飯	白米 糙米	麻油雞	肉雞 時蔬 紅蘿蔔 薑 枸杞	絞肉豆芽	豆芽菜 絞肉 紅蘿蔔 大蒜	時蔬	蔬菜 大蒜	薏仁粉圓湯	薏仁 粉圓 二砂	餐包		6.1	2.6	1.6	3.2	0	0	754
02月26日	星期三	c3	義式特餐	義大利麵	香酥魚排	魚排	茄汁絞肉	絞肉 洋蔥 冷凍玉米粒 番茄糊 番茄醬	時蔬	蔬菜 大蒜	時蔬雞湯	時蔬 雞骨架	水果		3.3	2.3	1.5	3.1	0	1	594.5
02月27日	星期四	c4	糙米飯	白米 糙米	香滷雞翅	雞翅	海鮮豆腐褒	蝦仁 時蔬 紅蘿蔔 豆腐	時蔬	蔬菜 大蒜	時瓜大骨湯	時瓜 大骨	水果		5	3.1	1.5	3	0	1	753

本店使用國產豬肉

※「本產品含有甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類及亞硫酸鹽類，不適合對其過敏體質者食用。」