



每日
滿意度調查
歡迎回饋
持續提升

食家安 114年05月菜單 成功國中



營養師：陳柏穎 (營養字第007279號)

服務電話：02-2792-5757

廠址：新北市汐止區福德一路328巷1號

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全脂 鮮乳 (份)	亞麻 油(份)	菜 油(份)	水 果 (份)	乳 品 (份)	熱量 (大卡)
01	四	小米飯 Millet rice 白米+小米-蒸	安東燉雞 Andong Chicken Stew 雞肉+馬鈴薯+時蔬-燉	大醬豬肉豆腐* Miso pork and tofu 鮮圓豬肉+豆腐+時蔬-煮	炒鮮筍 Fried fresh bamboo shoots 筍+時蔬-炒	青菜 vegetable s	柴魚昆布湯* Bonito and Kelp Soup 海芽+柴魚片-煮		6.2	2.7	2.0	3.0	0.0	822
02	五	白飯 Rice 白米-蒸	京醬豬 Beijing Sauce Pork 鮮圓豬肉+時蔬-煮	雙色炒蛋* Double-color scrambled eggs 蛋+玉米+時蔬-炒	紅絲高麗 Red Silk Korea 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetable s	什錦豚骨湯 Assorted pork bone soup 排骨+時蔬-煮	水果 fruit	6.3	2.7	1.8	3.0	1.0	884
05	一	五穀飯* Grain Rice 白米+五穀米-蒸	泰式咖哩 Thai Curry 鮮圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	什錦燴蛋* Mixed Egg Stew 蛋+時蔬-炒	香炒海絲 Fried Shredded Seafood 海絲+時蔬-煮	青菜 vegetable s	鮮瓜排骨湯 Fresh melon pork ribs soup 排骨+瓜+薑-煮		6.3	2.6	1.8	3.0	0.0	816
06	二	燕麥飯* Oatmeal 白米+燕麥-蒸	鹽水雞 Salted Chicken 雞肉+時蔬-煮	豆皮豬肉年糕* Rice Cake with Bean Curd and Pork 年糕+豆皮+鮮圓豬肉+時蔬-煮	和風蘿蔔* Japanese radish 白蘿蔔+時蔬+柴魚-燉	青菜 vegetable s	味噌豆腐湯* Miso Tofu Soup 味噌+豆腐-煮	果汁 juice	6.5	2.8	1.7	3.0	0.0	843
07	三	蔥油雞汁拌麵* Noodles with scallion and chicken sauce 麵+雞肉+時蔬-煮	蜜汁豬排X1 Honey Pork Chop X1 豬排-燉	★地瓜薯條X5 Sweet potato fries 地瓜薯條-炸	爆炒白菜 Stir-fried cabbage 大白菜+時蔬-炒	青菜 vegetable s	香菇雞湯 Mushroom Chicken Soup 菇+雞肉+薑-煮	水果 fruit	6.3	2.6	1.8	2.8	1.0	867
08	四	紅藜飯 Red Quinoa Rice 白米+紅藜米-蒸	蠔油蒜味雞 Oyster sauce garlic chicken 雞肉+時蔬-燉	醬爆豆干* Sautéed Dried Tofu with Soy Sauce 豆干+時蔬-煮	清爽鮮瓜 Fresh melon 瓜+時蔬-燉	青菜 vegetable s	冬瓜西米露 Winter Melon Sago Dessert 西谷米+冬瓜糖-煮		6.4	2.8	1.8	2.8	0.0	829
09	五	白飯 Rice 白米-蒸	筍乾滷肉 Dried bamboo shoots and braised pork 鮮圓豬肉+鮮圓豬腳+筍-燉	鵪鶉蛋關東煮* Quail Egg Oden 鵪鶉蛋+油豆腐+時蔬-煮	彩繪花椰 Painted cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜 vegetable s	招牌麵線羹* Signature Noodle Soup 麵線+時蔬+柴魚片-煮	水果 fruit	6.3	2.9	1.7	2.8	1.0	887
12	一	糙米飯 Brown Rice 白米+糙米-蒸	鐵路豬排x1 Railway Pork Chop x1 豬排-燉	麻婆絞肉豆腐* Mapo Minced Meat Tofu 豆腐+鮮圓豬肉+時蔬-煮	香燻條豆 Braised Beans 四季豆+時蔬-炒	青菜 vegetable s	綠豆薏仁湯 Mung Bean and Barley Soup 綠豆+薏仁-煮		6.5	2.8	1.9	2.8	0.0	839
13	二	薏仁飯 Barley Rice 白米+洋薏仁-蒸	美式洋蔥炒豬 American-style fried pork with onions 鮮圓豬肉+洋蔥+時蔬-燉	紅絲小魚炒蛋* Scrabled Eggs with Red Fish 蛋+南瓜+吻仔魚+紅蘿蔔-炒	田園時蔬 Garden Vegetables 玉米+時蔬-炒	青菜 vegetable s	海芽雞湯 Sea Bud Chicken Soup 雞肉+海芽+薑-煮	全脂 保久 乳* milk	6.5	3.1	1.8	3.0	0.0	948
14	三	金榜油飯 Jinbang Oil Rice 糯米+鮮圓豬肉+時蔬-蒸	古早味雞翅X1 Traditional Chicken Wings X1 三節雞翅-燉	滷蛋豆干* Braised Egg and Dried Tofu 蛋X1+黑豆干+時蔬-滷	燉煮蘿蔔 Stewed radish 蘿蔔+時蔬-燉	青菜 vegetable s	日式蔬菜湯* Japanese Vegetable Soup 味噌+時蔬-煮	水果 fruit	6.5	2.9	1.8	2.9	1.0	908
15	四	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-蒸	番茄燉雞 Tomato Chicken Stew 雞肉+番茄+時蔬-煮	蔥味魚條X2* Scallion fish sticks X2 魚-燉	蒜香甘藍 Garlic Kale 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetable s	菇菇湯 Mushroom Soup 菇+薑絲-煮		6.4	2.8	1.8	3.0	0.0	838
16	五	白飯 Rice 白米-蒸	高昇排骨 Gaosheng Spare Ribs 鮮圓豬肉+年蔥+薑-煮	★◎麥克雞塊 X2 McNuggets X2 雞塊-炸	芝香海結 Shibaka Umi 海結+時蔬-滷	青菜 vegetable s	酸辣湯* Hot and Sour Soup 豆腐+時蔬-煮	水果 fruit	6.2	2.7	2.0	3.0	1.0	882
19	一	五穀飯* Five-grain rice 白米+五穀米-蒸	◆蒜蓉魚* Garlic fish 水厥魚+時蔬-煮	日式雞丁 Japanese Chicken 雞肉+時蔬-燉	螞蟻上樹* Ants climbing a tree 冬粉+干丁+鮮圓豬肉+時蔬-煮	青菜 vegetable s	肉骨茶湯 Bak Kut Teh Soup 排骨+時蔬-煮		6.4	2.7	1.9	2.8	0.0	824
20	二	糙米飯 Brown Rice 白米+糙米-蒸	風味雞排X1 Flavored Chicken Steak X1 雞排-燉	玉米干絲* Dried corn 干絲+玉米+時蔬-煮	時令鮮瓜* Seasonal melon 瓜+油片絲+時蔬-煮	青菜 vegetable s	義式蔬菜湯 Italian Vegetable Soup 時蔬-煮	果汁 juice	6.4	2.6	1.8	2.8	0.0	814
21	三	芝麻飯 Sesame Rice 白米+芝麻-蒸	蒙古烤肉 Mongolian BBQ 鮮圓豬肉+時蔬-燉	滑嫩蒸蛋* Steamed Egg 蛋+時蔬-蒸	家常炒筍 Homemade Fried Bamboo Shoots 筍+時蔬-炒	青菜 vegetable s	白玉雞湯 White jade chicken soup 雞肉+白蘿蔔+薑-煮	水果 fruit	6.3	3.0	1.7	2.8	1.0	895
22	四	DIY雞魯飯 DIY Chicken Rice 白米+雞肉-蒸	檸香翅小腿X2 Lemon-flavored fin shanks x2 翅小腿-燉	家鄉肉燥* Homemade Braised Pork 鮮圓豬肉+豆干+時蔬-煮	鮮炒白菜 Fried cabbage 大白菜+時蔬-炒	青菜 vegetable s	燒仙草 Burnt Grass Jelly 仙草+綠豆+蜜豆-煮		6.5	2.8	1.9	3.0	0.0	848
23	五	白飯 Rice 白米-蒸	招牌咖哩豬 Signature Curry Pig 鮮圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹹酥雞X3 Fried Chicken X3 雞肉-炸	蒜炒花椰 Garlic Fried Cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜 vegetable s	柴魚味噌湯* Bonito Miso Soup 味噌+豆腐+柴魚片-煮	水果 fruit	6.5	2.8	1.7	2.8	1.0	894
26	一	紅藜飯 Red Quinoa Rice 白米+紅藜米-蒸	BBQ豬排X1 BBQ Pork Chop X1 豬排-燉	紹子油腐豬* Shaozi oil-cured pork 鮮圓豬肉+油豆腐+時蔬-煮	香甜玉米 Sweet corn 玉米+時蔬-煮	青菜 vegetable s	榨菜豆腐湯* Mustard and Tofu Soup 榨菜+豆腐-煮		6.5	2.8	1.7	2.8	0.0	834
27	二	麥片飯* Cereal rice 白米+麥片-蒸	花瓜雞 Chicken with melon 雞肉+花瓜+時蔬-煮	洋蔥炒蛋* Scrambled Eggs with Onions 蛋+洋蔥+毛豆-炒	鮮蔬四季 Fresh vegetables for all seasons 四季豆+時蔬-炒	青菜 vegetable s	羅宋湯 Borscht 蕃茄+時蔬-煮	果汁 juice	6.5	2.7	1.7	2.8	0.0	826
28	三	特製義大利麵* Special Italian Pasta 麵-煮	義式雞排X1 Italian Chicken Steak X1 雞排-燉	奶香鮮菇肉醬* Creamy mushroom meat sauce 鮮圓豬肉+菇+時蔬-煮	★搖搖薯球X4 Shake potato balls X4 薯球+海苔粉-炸	青菜 vegetable s	鮮瓜湯 Fresh melon soup 瓜+薑-煮	水果 fruit	6.4	2.9	2.0	2.8	1.0	902
29	四	薏仁飯 Barley Rice 白米+洋薏仁-蒸	黑糖滷肉 Brown Sugar Marinated Pork 鮮圓豬肉+時蔬-滷	蒜味魚塊X2* Garlic fish fillet X2 魚-燉	脆炒高麗 Crispy Fried Korean 高麗菜+時蔬-炒	菜 vegetable	紅豆紫米粥 Red Bean and Purple Rice Porridge 紅豆+黑糯米-煮	履歷 豆漿* Soy milk	6.5	3.0	1.9	3.0	0.0	863

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」

*表示本菜色含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用