

津味 優質午餐

北勢國小幼兒園
112年 1+2月菜單

| 日期 | 星期 | 主食 | 美味主菜 | 美味副菜 | | 湯品 | 附餐 | 全日 總量 (g) | 蛋白質 (g) | 脂肪 (g) | 碳水化合物 (g) | 熱量 (Kcal) |
|------------|----|--------|-------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---|----|-----------------|------------|-----------|--------------|--------------|
| 1/3 | 二 | 招牌蛋炒飯 | 日式炸魚排 C魚排/炸 | 白菜滷 _{C豬肉,Q大白菜,Q芋頭/煮} | 奶油雞肉鍋 _{Q洋芋,C雞肉,Q洋蔥/煮} | 有機蔬菜 芋頭西米露 _{Q芋頭,西谷米} | | 55 | 25 | 22 | 25 | 740 |
| 1/4 | 三 | 白飯 | 糖醋里肌排 C豬肉/燒 | 香筍麵輪 _{筍,麵輪/炒} | 花椰肉茸 _{C花椰菜,C豬肉/炒} | 青菜 味噌豆腐湯 _{味噌,非基改豆腐} | | 5 | 25 | 23 | 26 | 712 |
| 1/5 | 四 | 五穀米飯 | 貴妃砂鍋雞 C雞肉,Q香菇/煮 | 小當家滷味 _{海結,非基改百頁,素肚,酸菜/滷} | 白玉肉羹 _{Q蘿蔔,C肉羹/煮} | 有機蔬菜 玉米濃湯 _{Q非基改玉米粒,Q雞蛋} | | 5 | 25 | 22 | 25 | 705 |
| 1/6 | 五 | 薏仁飯 | 蘑菇醬燉肉 C豬肉/燒 | 海帶三絲 _{海帶絲,Q紅蘿蔔,C豬肉/炒} | 螞蟻上樹 _{冬粉,Q高麗菜,C豬肉/炒} | 有機蔬菜 鮮菇燉湯 _{Q金針菇,Q秀珍菇,C豬肉} | | 5 | 25 | 22 | 25 | 700 |
| 1/7 | 六 | 白飯 | 沙茶肉片 C豬肉,Q洋蔥/炒 | 鐵板油豆腐 _{非基改油豆腐,C豬肉/燒} | 芙蓉蒸蛋 _{Q雞蛋/蒸} | 有機蔬菜 客家米粉湯 _{米粉,Q芹菜,C豬肉} | | 52 | 27 | 22 | 25 | 729 |
| 1/9 | 一 | 白飯 | 泰式椒麻雞 C雞肉/燒 | 珍珠玉米 _{Q非基改玉米,Q馬鈴薯/炒} | 客家小炒 _{非基改豆干,Q洋蔥,C豬肉/炒} | 履歷蔬菜 紫菜蛋花湯 _{紫菜,Q雞蛋} | | 55 | 26 | 22 | 25 | 743 |
| 1/10 | 二 | 燕麥飯 | 古早味燉肉 C豬肉/燉 | 青蔥菜脯蛋 _{青蔥,菜脯,Q雞蛋/炒} | 開陽扁蒲 _{蝦皮,Q扁蒲,Q紅蘿蔔/炒} | 有機蔬菜 酸辣湯 _{非基改豆腐,木耳,筍絲} | | 5 | 26 | 22 | 25 | 713 |
| 1/11 | 三 | 白飯 | 香菇瓜仔雞 香菇,瓜仔,C肌肉 | 開陽高麗 _{Q高麗菜,蝦皮,Q紅蘿蔔/炒} | 筍片魷魚羹 _{筍片,C魷魚/炒} | 青菜 巧達洋芋湯 _{Q洋芋,Q洋蔥} | | 52 | 25 | 23 | 25 | 722 |
| 1/12 | 四 | 肉醬義大利麵 | 吮指脆皮炸雞 C雞肉/炸 | 糖醋甜不辣 _{Q洋蔥,Q甜不辣/燒} | 一番小火鍋 _{Q白蘿蔔,Q玉米圈,Q魚丸/煮} | 有機蔬菜 綠豆薏仁湯 _{綠豆,小薏仁} | | 55 | 25 | 23 | 27 | 752 |
| 1/13 | 五 | 小米Q飯 | 椰汁咖哩雞 Q洋芋,Q紅蘿蔔,C雞肉/煮 | 酢醬香香豬 _{C豬肉,非基改豆干,蔥/炒} | 奶香白菜 _{Q大白菜,Q紅蘿蔔/煮} | 有機蔬菜 刺瓜豚肉湯 _{刺瓜,豬肉} | | 52 | 25 | 22 | 25 | 719 |
| 1/16 | 一 | 白飯 | 蔥爆魚塊 C魚肉,Q洋蔥/炒 | 蕃茄滑蛋 _{Q蕃茄,Q雞蛋/炒} | 沙茶玉米 _{Q非基改玉米,Q紅蘿蔔,C豬肉,T毛豆/炒} | 履歷蔬菜 味噌豆腐湯 _{小魚干,非基改豆腐} | | 55 | 27 | 22 | 25 | 750 |
| 1/17 | 二 | 白飯 | 塔香三杯雞 九層塔,C雞肉/炒 | 吉士洋芋燒 _{Q洋芋,Q紅蘿蔔/燒} | 紅燒獅子頭 _{C獅子頭/紅燒} | 有機蔬菜 芹香貢丸湯 _{Q芹菜,Q白蘿蔔,C貢丸} | | 55 | 26 | 22 | 25 | 743 |
| 1/18 | 三 | 白飯 | 大阪炸豬排 C豬排/炸 | 蒜泥脆皮豆腐 _{蒜,非基改油豆腐/燒} | 宮保豆芽菜 _{Q豆芽菜,韭菜/炒} | 青菜 酸菜肉片湯 _{酸菜,C豬肉} | | 5 | 26 | 22 | 26 | 717 |
| 1/19 | 四 | 胚芽米飯 | 蜜汁烤雞排 C雞排/烤 | 哈燒滷味燙 _{C豬肉,Q高麗菜,Q金針菇,C魚丸/煮} | 蔬菜粉絲煲 _{冬粉,Q木耳,Q紅蘿蔔,C豬肉/炒} | 有機蔬菜 黑糖地瓜芋圓 _{Q地瓜,芋圓,黑糖} | | 55 | 25 | 22 | 25 | 740 |
| 新年快樂 兔年行大運 | | | | | | | | | | | | |
| 2/13 | 一 | 白飯 | 鐵板肉柳 C豬肉,Q洋蔥/炒 | 麻婆豆腐 _{非基改豆腐,C豬肉/炒} | 韭香芽菜 _{韭菜,Q豆芽菜/炒} | 履歷蔬菜 迪化紅麵線湯 _{紅麵線,C肉羹,脆筍絲,Q雞蛋} | | 52 | 25 | 22 | 25 | 719 |
| 2/14 | 二 | 五穀米飯 | 暖呼呼麻油雞 C雞肉/煮 | 冬瓜花生麵筋 _{Q冬瓜,花生,麵筋/煮} | 歐姆滑蛋 _{Q雞蛋,Q洋蔥,Q紅蘿蔔,T毛豆/炒} | 有機蔬菜 結頭菜豚肉湯 _{Q大頭菜,C豬肉} | | 5 | 26 | 22 | 25 | 708 |
| 2/15 | 三 | 白飯 | 日式親子丼 C肌肉,Q雞蛋,Q洋蔥/煮 | 海結杏鮑菇 _{海帶結,杏鮑菇,蘿蔔/燒} | 開陽蒲瓜 _{蝦米,蒲瓜/炒} | 青菜 夜市米粉湯 _{米粉,Q芹菜,C豬肉} | | 52 | 25 | 23 | 25 | 722 |
| 2/16 | 四 | 南洋雞絲飯 | 脆皮炸豬排 C豬肉/炸 | 金茸高麗菜 _{Q金針菇,C高麗菜/炒} | 蔥燒小魚豆干 _{非基改豆干,C豬肉/炒} | 有機蔬菜 芋圓燒仙草 _{綠豆,小薏仁,芋圓,仙草汁} | | 5 | 26 | 22 | 27 | 722 |
| 2/17 | 五 | 白飯 | 塔香三杯雞 九層塔,C雞肉/炒 | 日式咖哩 _{Q洋芋,Q紅蘿蔔/煮} | 季豆黑輪 _{T四季豆,C黑輪/炒} | 有機蔬菜 芹香白玉湯 _{Q芹菜,Q蘿蔔,C豬肉} | | 55 | 25 | 22 | 25 | 735 |
| 2/18 | 六 | 小米蒸飯 | 筍香扣肉 筍干,C豬肉/滷 | 開陽白菜 _{蝦皮,Q大白菜,非基改豆皮/炒} | 番茄炒蛋 _{Q番茄,Q雞蛋} | 履歷蔬菜 韓式海帶湯 _{海帶,Q黃豆芽,C豬肉} | | 5 | 26 | 22 | 25 | 713 |
| 2/20 | 一 | 白飯 | 糖醋魚丁 C魚肉,Q洋蔥/燒 | 玉米四喜 _{Q非基改玉米,T毛豆,Q紅蘿蔔,C豬肉/炒} | 水晶粉絲 _{冬粉,Q高麗菜,Q紅蘿蔔,C絞肉/炒} | 履歷蔬菜 日式味噌湯 _{非基改豆腐,味噌} | 豆奶 | 55 | 25 | 22 | 25 | 735 |
| 2/21 | 二 | 日式炒烏龍 | 夜市鹽酥雞 C雞肉/炸 | 和風關東煮 _{Q蘿蔔,C貢丸,C豬肉/煮} | 韓式年糕 _{Q大白菜,韓式年糕/炒} | 有機蔬菜 紅豆小湯圓 _{T紅豆,小湯圓} | | 5 | 25 | 22 | 27 | 714 |
| 2/22 | 三 | 白飯 | 鐵板燒肉排 C豬肉/燒 | 法式奶香花椰 _{白花椰,紅蘿蔔/炒} | 一級棒滷味燙 _{Q金針菇,C甜不辣,非基改,百頁/滷} | 青菜 羅宋湯 _{Q番茄,Q洋蔥,C豬肉} | | 5 | 25 | 23 | 25 | 708 |
| 2/23 | 四 | 糙米蒸飯 | 沙茶松阪豬 C豬肉,Q洋蔥/炒 | 雞茸洋芋 _{C雞肉,Q洋芋,Q紅蘿蔔/煮} | 杏菇四分干 _{Q杏鮑菇,非基改四分干/燒} | 有機蔬菜 玉米濃湯 _{Q非基改玉米,Q雞蛋} | | 55 | 26 | 22 | 25 | 743 |
| 2/24 | 五 | 麥片Q飯 | BBQ雞翅 C雞翅/燒 | 青蔥菜脯蛋 _{Q雞蛋,青蔥,菜脯/炒} | 鮮菇甘藍菜 _{Q香菇,Q甘藍菜/炒} | 有機蔬菜 竹筍湯 _{Q竹筍,C豬肉} | | 5 | 26 | 22 | 25 | 713 |

★本廠食材來源一律使用「國產豬肉」，產地：台灣。
 ◎ 全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。 ▽每週一供應產銷履歷蔬菜、每週二、四、五供應有機蔬菜。
 ◆注意：甲殼類、芒果、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品 為食品過敏原，不適
 合對其過敏體質者食用。

津味企業有限公司 HACCP優良廠商
 地址：桃園市大溪區新光東路61巷20弄6號
 服務電話：03-3881534
 營養師：呂如蘋 營養字第3594號