



津味優質午餐

北勢國小

113年5月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜		青菜	湯品	全日 供應 (時)	豆 奶 (時)	蛋 (時)	蔬 菜 (時)	其 他 (時)	備 註	
1	三	蕎麥米飯	大阪豬排燒 C豬肉/燒	乳酪馬鈴薯 Q洋蔥.Q馬鈴薯.Q紅蘿蔔/煮	香滷白菜 Q香菇.Q大白菜.非基改豆皮/炒	季節 蔬菜	菇菇海芽湯 Q金針菇.乾海帶芽	5.3	2.5	2.1	2.7	7.3	3.3	
2	四	麥片Q飯	日式親子丼 C雞肉.Q雞蛋/燒	鮮菇高麗 Q香菇.Q高麗菜/炒	滑嫩蒸蛋 Q雞蛋.Q紅蘿蔔.青蔥/蒸	有機 蔬菜	港式酸辣湯 Q雞蛋.Q紅蘿蔔.非基改薄豆腐	5.1	2.6	2.2	2.5	7.2	2.0	
3	五	地瓜飯	義式米蘭燉肉 C豬肉/燉	白菜獅子頭 C獅子頭.Q大白菜/燒	蒜香扁蒲 Q扁蒲/炒	有機 蔬菜	三絲蛋花湯 筍絲.Q紅蘿蔔.Q木耳.Q雞蛋	5.4	2.5	1.1	2.6	7.3	3.5	
6	一	白飯	起司洋芋雞 C雞肉.Q洋芋/燒	小蝦排+鍋貼 C小蝦排.C鍋貼/煎	冬瓜油腐 Q冬瓜.非基改油豆腐/煮	產銷 履歷 蔬菜	榨菜鮮肉湯 榨菜.C豬肉	5.3	2.7	2.2	2.6	7.4	1.1	
7	二	焗烤 烏龍麵	御膳香酥魚排 C油甘魚/炸	番茄炒蛋 Q番茄.Q雞蛋/炒	肉苳花椰 C豬肉.C花椰菜.Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜	九份芋圓地瓜 T地瓜.芋圓	5.1	2.6	3.3	2.7	7.3	1.1	
8	三	白飯	檸檬雞翅 C雞肉/燒	金菇燴豆干 Q金針菇.非基改豆干/炒	和風白玉煮 Q白蘿蔔.Q紅蘿蔔.C豬肉/煮	季節 蔬菜	田園蔬菜湯 Q秀珍菇.Q高麗菜.C豬肉	5	2.6	2.2	2.6	7.1	1.7	
9	四	胚芽米飯	鐵板豚肉煲 C豬肉/煮	敏豆甜不辣 T敏豆.Q甜不辣/炒	彩椒大瓜 Q彩椒.Q大黃瓜/炒	有機 蔬菜	日式味噌湯 非基改豆腐.味噌	5.1	2.5	3.2	2.6	7.1	1.9	
10	五	小米蒸飯	塔香三杯雞 C雞肉.九層塔/燒	筍干麵輪 筍干.麵輪/燒	總匯豆薯 Q豆薯.Q香菇.C豬肉/煮	有機 蔬菜	玉米濃湯 Q非基改玉米.Q雞蛋	5.2	2.5	2.2	2.5	7.1	1.9	
13	一	海苔香鬆飯	和風壽喜燒 C豬肉/燒	鮮味豆腐 非基改豆腐.Q紅蘿蔔.Q木耳/煮	蛋酥芽菜 Q綠豆芽.Q雞蛋/炒	產銷 履歷 蔬菜	酸菜白肉湯 酸菜.C豬肉	5	2.6	2.2	2.6	7.1	2.2	
14	二	招牌炒麵	卡拉雞腿堡 C雞肉/炸	薑菇瓠瓜 Q香菇.Q瓠瓜/炒	紅絲滑蛋 Q紅蘿蔔.Q雞蛋/炒	有機 蔬菜	綠豆地瓜圓 綠豆.地瓜圓	5.1	2.5	1.1	2.7	7.1	1.9	
15	三	白飯	番茄洋芋雞 C雞肉.Q番茄.Q洋芋/煮	傳奇部隊鍋 素肚.Q杏鮑菇.Q黑輪/煮	佛跳牆 Q大白菜.Q紅蘿蔔.Q芋頭/煮	季節 蔬菜	雙菇蔬菜湯 Q金針菇.Q秀珍菇.Q雞蛋	5.2	2.5	2.2	2.5	7.1	1.9	
16	四	五穀米飯	麻油豚肉 C豬肉/煮	蜜汁黑豆干 非基改黑豆干/燒	蘿蔔麵輪 Q白蘿蔔.麵輪/煮	有機 蔬菜	肉羹蛋花湯 C肉羹.Q雞蛋	5.1	2.6	1.1	2.6	7.2	2.2	
17	五	蕎麥白飯	花菇燒雞 Q香菇.C雞肉.Q豆薯/燒	黃金乳酪蛋 Q雞蛋.Q非基改玉米/炒	培根甘藍 Q高麗菜.C培根/炒	有機 蔬菜	南洋肉骨茶 Q冬瓜.肉骨茶包	5	2.7	2.3	2.5	7.2	3.3	
20	一	白飯	迷迭香魚 C水鯊魚/燒	雞塊+地瓜條 C雞塊.Q地瓜薯條/煎	泰式打拋肉 C豬肉.番茄.非基改干丁/炒	產銷 履歷 蔬菜	健康藥膳湯 Q白蘿蔔.C豬肉.當歸	5.2	2.6	2.2	2.5	7.2	2.2	
21	二	奶油鐵板麵	香酥脆皮雞翅 C雞肉/炸	黃瓜什錦 C豬肉.Q大黃瓜.Q香菇/炒	眷村滷味 Q白蘿蔔.Q杏鮑菇.Q貢丸/滷	有機 蔬菜	芋頭西米露 Q芋頭.西谷米	5.2	2.5	2.2	2.6	7.2	4.4	
22	三	白飯	蘑菇醬燉肉 C豬肉/燉	梅菜油腐 梅乾菜.非基改油豆腐/滷	鮮菇結頭菜 Q香菇.Q結頭菜/炒	季節 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜.Q雞蛋	5	2.6	3.2	2.5	7.1	1.5	
23	四	地瓜飯	麻香薑母鴨 C鴨肉.Q高麗菜/煮	布丁茶碗蒸 Q雞蛋/蒸	極品白菜滷 Q大白菜.Q紅蘿蔔/滷	有機 蔬菜	竹筍肉絲湯 竹筍.C豬肉	5.2	2.7	2.2	2.5	7.3	4.4	
24	五	小薏仁飯	蜜汁雞排 C雞肉/燒	蔬菜水晶煲 Q高麗菜.Q紅蘿蔔.冬粉/炒	冬瓜麵筋 Q冬瓜.麵筋/炒	有機 蔬菜	玉米濃湯 Q非基改玉米粒.Q雞蛋	5.4	2.5	1.1	2.7	7.4	0.0	
27	一	芝麻白飯	奶香鮑菇燉肉 C豬肉.Q杏鮑菇/燉	一品滷味燙 非基改凍豆腐.Q金針菇/滷	京都章魚燒 C魷魚丸/燒	產銷 履歷 蔬菜	番茄蛋花湯 Q番茄.Q雞蛋	5.1	2.6	1.1	2.6	7.2	2.2	
28	二	胚芽米飯	蜜汁翅小腿×2 C雞肉/燒	芹香海絲 海帶絲.Q芹菜/炒	鮮炒扁蒲 Q扁蒲.Q香菇/炒	有機 蔬菜	紅豆薏仁湯 T紅豆.小薏仁	豆 奶	5.3	2.5	2.2	2.7	7.3	3.5
29	三	海苔香鬆飯	糖醋醬佐豬排 C豬肉/燒	蒜香花椰 C花椰菜.蒜/炒	關東小火鍋 Q白蘿蔔.Q紅蘿蔔.C豬肉/煮	季節 蔬菜	總匯時蔬湯 C豬肉.Q金針菇	5.2	2.5	3.2	2.6	7.2	2.6	
30	四	小米香飯	醬燒魚排 C虱目魚排/燒	香蔥菜脯蛋 Q雞蛋.菜脯.蔥/炒	芽菜豆皮絲 Q綠豆芽.非基改豆皮絲/炒	有機 蔬菜	柴魚味噌湯 柴魚.非基改豆腐	5.1	2.6	1.1	2.5	7.1	1.7	
31	五	麥片Q飯	京醬肉絲 C豬肉/燒	乳酪玉米 Q非基改玉米粒.Q紅蘿蔔/炒	回鍋高麗 Q高麗菜.C豬肉/炒	有機 蔬菜	南瓜濃湯 Q南瓜.Q洋蔥	5.3	2.5	1.1	2.5	7.2	2.4	

★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。

●產銷履歷蔬菜與有機蔬菜以桃園市農會所提供的深色蔬菜為主。

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：李怡宜 營養字第10867號