

115年09月份學生午餐



一年級

供餐廠商	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
聚陽	8/31 麥片飯 台式雞腿 砂鍋白菜 麻婆豆腐 油菜 蘿蔔排骨湯 熱量：823.2 蛋白質：31.6 醣類：113 脂肪：27.2	9/1 糙米飯 日式咖哩雞 鮮味嫩蛋 椒鹽魷魚丸 青江菜 味噌湯 熱量：827.8 蛋白質：31.7 醣類：111.8 脂肪：28.2	9/2 沙茶炒麵 ◉香雞排 醬燒肉包 麻香乾鍋 小白菜 仙草蜜 熱量：856.6 蛋白質：30.8 醣類：120.8 脂肪：27.8	9/3 香Q米飯 美味雞翅 油蔥肉燥蛋 白菜滷 空心菜 鮮瓜肉片湯 熱量：826.2 蛋白質：31.5 醣類：113.4 脂肪：27.4	9/4 小米飯 鐵路豬排 三杯鮑菇 泰式河粉 鵝白菜 台中好菇湯 熱量：821.7 蛋白質：31.2 醣類：112.8 脂肪：27.3
	9/7 燕麥飯 鐵路豬排 南瓜炒蛋 塔香海根 脆炒鮮蔬 雜糧湯 熱量：835.55 蛋白質：34.13 醣類：116.2 脂肪：24.24	9/8 薏仁飯 蒜泥白肉 田園四色 大阪燒高麗 脆炒鮮蔬 肉骨茶湯 熱量：851.35 蛋白質：35.57 醣類：119.95 脂肪：23.63	9/9 雞肉絲飯 紅燒肉丁 馬蹄條 毛豆干丁 脆炒鮮蔬 酸菜豬血湯 熱量：846.7 蛋白質：36.64 醣類：115.96 脂肪：24.93	9/10 紫米飯 *梅香雞排 鮮蔬炒蛋 豆芽三絲 脆炒鮮蔬 玉米濃湯 熱量：855.15 蛋白質：35.99 醣類：118.9 脂肪：24.34	9/11 胚芽米飯 海南雞丁 沙嗲滷味 鮮瓜什錦 脆炒鮮蔬 竹筍九片湯 熱量：855.05 蛋白質：35.79 醣類：120.55 脂肪：23.66
	9/14 麥片飯 *鮮魚排 洋蔥炒蛋 翠炒白花朵 高麗菜 薑絲冬瓜湯 熱量：877 蛋白質：38 醣類：124 脂肪：27	9/15 海苔芝麻飯 橙汁雞丁 番茄玉米肉燥 肉絲炒銀芽 有機荷葉白菜 味噌鮮筍湯 熱量：858 蛋白質：30 醣類：142 脂肪：20	9/16 日式炒烏龍麵 *卡拉雞腿 銀絲卷 海帶雙絲 油菜 愛玉山粉圓 熱量：822 蛋白質：29 醣類：125 脂肪：21	9/17 紫米飯 蠔油雞翅 筍絲羹 腐皮高麗菜 地瓜葉 海菜蛋花湯 熱量：792 蛋白質：18 醣類：62 脂肪：22	9/18 麥片飯 黑胡椒豬肉片 沙茶滷味 鮮炒蒲瓜 蚵仔白菜 酸辣湯 熱量：853 蛋白質：39 醣類：121 脂肪：25
	9/21 小米飯 筍香豬腳 翡翠田園嫩蛋 椒香福州丸 油菜 蘿蔔九片湯 熱量：821.3 蛋白質：31.4 醣類：112.5 脂肪：27.3	9/22 麥片飯 ◉風味雞排 關東煮 家常肉燥 空心菜 榨菜肉絲湯 熱量：825 蛋白質：31.8 醣類：112.8 脂肪：27.4	9/23 阿珠媽炒麵 照燒肉排 黃金捲 部隊鍋 青江菜 QQ麥茶 熱量：858.5 蛋白質：30.7 醣類：120.7 脂肪：28.1	9/24 香Q米飯 鹹水雞 客家小炒 椒香雙件 鵝白菜 客家鹹湯 熱量：823.2 蛋白質：31.6 醣類：113 脂肪：27.2	
	9/28 	9/29 胚芽米飯 雞肉親子丼 螞蟻上樹 關東煮 脆炒鮮蔬 金針味噌排骨湯 熱量：855.15 蛋白質：35.21 醣類：119.25 脂肪：24.54	9/30 義大利肉醬麵 *香草雞翅 香料馬鈴薯 玉米可樂餅 脆炒鮮蔬 冬瓜粉圓 熱量：849.75 蛋白質：35.29 醣類：117.65 脂肪：24.63		
上弘					

※本校團膳廠商使用臺灣豬肉

※本校團膳廠商使用臺灣豬肉