

114年06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	6/2 糙米飯 糖醋雞丁 肉燥油腐 豚香花椰 小白菜 三絲湯 熱量：823.2 大卡 醣類：113 克 脂肪：27.2 克 蛋白質：31.6 克	6/3 燕麥飯 蘿蔔燉肉 螞蟥上樹 快炒鮮筍 空心菜 九州味噌湯 熱量：827.8 大卡 醣類：111.8 克 脂肪：28.2 克 蛋白質：31.7 克	6/4 中華炒麵 ◎香酥雞翅 奶皇包 將軍滷味 鵝白菜 冬瓜仙草 熱量：856.6 大卡 醣類：120.8 克 脂肪：27.8 克 蛋白質：30.8 克	6/5 香Q米飯 歐爸燒肉 府城蝦捲 田園高麗 青江菜 酸辣湯 熱量：826.2 大卡 醣類：113.4 克 脂肪：27.4 克 蛋白質：31.5 克	6/6 香Q米飯 三杯雞 麻婆豆腐 燴煮鮮瓜 油菜 鮮瓜魚丸湯 熱量：821.7 大卡 醣類：112.8 克 脂肪：27.3 克 蛋白質：31.2 克
	6/9 	6/10 糙米飯 岩燒肉排 時蔬拌魚輪 螞蟥上樹 小松菜 筍絲三絲湯 卡 醣類：88.56 克 蛋白質：21.18 克 脂肪：20.62 克	6/11 中式炒麵 義式香料雞腿 肉燥嫩腐 清蒸珍珠丸 空心菜 仙草蜜 熱量：688.18 大卡 醣類：74.99 克 蛋白質：30.14 克 脂肪：29.46 克	6/12 胚芽飯 回鍋燒肉 芝麻拌三絲 黃金柳葉魚 荷葉白菜 港式濃湯 熱量：625.73 大卡 醣類：52.45 克 蛋白質：17.47 克 脂肪：30.07 克	6/13 白飯 韓式嫩雞丁 洋芋咖哩 絲瓜麵線 油菜 白玉貢丸湯 卡 醣類：85.58 克 蛋白質：25.50 克 脂肪：22.47 克
上弘	6/16 薏仁飯 京醬肉絲 沙茶豆腐鍋 海苔洋芋 油菜 番茄蛋花湯 熱量：826.6 大卡 醣類：116.4 克 脂肪：23.21 克 蛋白質：34.02 克	6/17 胚芽米飯 宮保雞丁 筍香肉絲羹 香噴噴水餃 蚵白菜 酸辣湯 卡 醣類：117.6 克 脂肪：23.92 克 蛋白質：34.75 克	6/18 客家炒飯條 鐵路豬排 海帶雙絲 五更腸旺 青江菜 紅茶粉圓 卡 醣類：115.3 克 脂肪：24.48 克 蛋白質：34.51 克	6/19 小米飯 *鹽酥雞丁 金菇大黃瓜 海芽豆皮炒蛋 莧菜 藥膳皮絲蘿蔔湯湯 熱量：838.8 大卡 醣類：116.95 克 脂肪：23.98 克 蛋白質：34.76 克	6/20 燕麥飯 五香雞腿 螞蟥上樹 蒲瓜什錦 油菜 三絲湯 熱量：838.7 大卡 醣類：118.3 克 脂肪：23.36 克 蛋白質：34.72 克
	6/23 燕麥飯 黑胡椒豬柳 家常豆腐 印度咖哩 青江菜 芹香貢丸湯 熱量：822.5 大卡 醣類：112.6 克 脂肪：27.3 克 蛋白質：31.6 克	6/24 小米飯 番茄燉雞 鮮蔬花枝丸 鄉村甘藍 空心菜 海芽豆腐湯 熱量：824.4 大卡 醣類：113 克 脂肪：27.6 克 蛋白質：31 克	6/25 黑胡椒鐵板麵 ◎日式豬排 銀絲卷 關東煮 鵝白菜 QQ冬瓜茶 熱量：860.4 大卡 醣類：121.3 克 脂肪：28 克 蛋白質：30.8 克	6/26 香Q米飯 白醬雞丁 喜相逢 蒜香花椰 莧菜 金菇肉絲湯 熱量：825.1 大卡 醣類：112.7 克 脂肪：27.5 克 蛋白質：31.7 克	6/27 香Q米飯 醬燒排丁 飄香滷蛋 香炒粉絲 油菜 玉米濃湯 熱量：823.5 大卡 醣類：112.8 克 脂肪：27.5 克 蛋白質：31.2 克

※本校團膳廠商使用臺灣豬肉