



食家安114年1+2月素食菜單

成功國中

地址: 新北市汐止區福德里一號328巷1號
服務電話: 2792-5797 傳真: 2792-5790

HACCP稽核符合性名單A級認證 本公司已投保南山董慶備產品責任險
營業額: 蔡佩英 (營業字號011672號)

日期	主食	主副菜	蔬菜	湯品	附品	備註	備註	備註	備註	備註	備註
2 四	紅藜飯 Red Quinoa Rice 紅藜+白米-蒸	家鄉滷麵輪 Hometown Braised Noodle Wheel 麵輪+滷菜-煮	毛豆南瓜 Edamame Squash 毛豆+南瓜-煮	鮮炒花椰 Fried cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜湯 vegetable soup 時蔬-煮	6.5	2.5	1.9	3.0		825
3 五	糙米飯 brown rice 白米+糙米-蒸	花瓜素雞 Huagua vegetarian chicken 高麗菜+時蔬-燴	椒香豆干 Chili-flavored dried tofu 豆干+時蔬-煮	炒高麗菜 Fried cabbage 高麗菜+時蔬-炒	玉米湯 corn soup 玉米+時蔬-煮	6.2	2.5	2.0	3.0	1.0	867
6 一	胚芽飯 Germ rice 白米+胚芽-蒸	滷味拼盤 Braised food platter 黑豆干+時蔬-煮	酸菜豆腸 Sauerkraut 豆腐+時蔬-煮	時令鮮瓜 Seasonal fresh melon 瓜+時蔬-燴	四神湯 Sishen Soup 扁扁薯+薏仁+時蔬-煮	6.3	2.5	1.9	3.0		808
7 二	五穀飯 Five grain rice 白米+五穀米-蒸	大醬燒豆腐 Braised tofu with soybean paste 豆腐+時蔬-煮	蒲燒烤麩 Pu BBQ bran 烤麩+時蔬-煮	田園炒菇 Stir-fried Mushrooms 菇+時蔬-炒	時蔬湯 Seasonal vegetable soup 時蔬-煮	6.5	2.5	1.7	2.6		811
8 三	白飯 white rice 白米-蒸	茄汁豆皮 Bean curd with tomato sauce 豆皮+時蔬-燴	香菇肉燥 Mushroom and Pork Zaw 豆干+香菇+素肉-煮	日式蘿蔔 Japanese radish 蘿蔔+時蔬-燴	什錦蔬菜湯 Assorted vegetable soup 時蔬-煮	6.4	2.5	2.0	2.6	1.0	872
9 四	野菇麵 Wild mushroom noodles 麵+時蔬+時蔬-煮	紅燒腰果麵腸 Braised Cashew Noodle Sausage 腰果+麵腸+時蔬-煮	燉煮皇帝豆 Stewed King Beans 皇帝豆+時蔬-煮	清炒四季 Stir-fried for four seasons 四季豆+時蔬-炒	鮮菇湯 Fresh mushroom soup 菇+時蔬-煮	6.2	2.5	1.9	3.0		804
10 五	小米飯 millet rice 白米+小米-蒸	五香蘭花干 Spiced dried orchids 蘭花干+時蔬-燴	泡菜炒素肚 Stir-fried vegetarian tripe with kimchi 泡菜+素肚+時蔬-煮	芝香芽菜 Sprouts with sesame seeds 豆芽菜+油片絲+時蔬-煮	海芽湯 Sea bud soup 海芽+薑-煮	6.3	2.5	1.8	3.0	1.0	868
13 一	糙米飯 brown rice 白米+糙米-蒸	家常豆腐煲 Homemade tofu pot 豆腐+時蔬-煮	◎海苔燒X1 Noriyaki 海苔燒-燴	香甜玉米 sweet corn 玉米+時蔬-煮	榨菜鮮蔬湯 Mustard fresh vegetable soup 榨菜+時蔬-煮	6.5	2.5	1.7	3.0		820
14 二	燕麥飯 Oatmeal 白米+燕麥-蒸	照燒凍腐 Teriyaki frozen rot 凍豆腐+時蔬-燴	素蚵仔捲X1 Vegetarian Oyster Roll 素蚵仔捲-燴	鮮蔬炒筍 Stir-fried bamboo shoots with fresh vegetables 筍+時蔬-炒	豆腐味噌湯 Tofu miso soup 味噌+豆腐+海芽-煮	6.3	2.5	1.8	2.6	1.0	880
15 三	白飯 white rice 白米-蒸	杏片油腐 Apricot slices fried in oil 杏片+油腐+時蔬-燴	菇炒干絲 Stir-fried shredded mushrooms 菇+干絲+時蔬-炒	爆炒高麗 Stir-fried Goryeo 高麗菜+時蔬-炒	番茄蔬菜湯 tomato vegetable soup 番茄+時蔬-煮	6.4	2.5	1.8	2.6	1.0	867
16 四	小米飯 millet rice 白米+小米-蒸	梅汁豆包 Plum juice bean buns 豆包+時蔬-煮	竹筍炒豆乾 Stir-fried Dried Tofu with Bamboo Shoots 豆乾+素肉絲+時蔬-燴	香燻滷海根 Braised braised sea root 海根+時蔬-燴	招牌麵線羹 Signature noodle soup 麵線+時蔬-煮	6.3	3.2	1.7	2.6		850
17 五	海苔香鬆飯 Seaweed and furikake rice 白米+香鬆-蒸	三杯麵輪 Three Cup Noodle Wheel 麵輪+時蔬-煮	紅藜毛豆 Red Quinoa Edamame 毛豆+紅藜+時蔬-煮	菇炒白菜 Stir-fried cabbage with mushrooms 白菜+時蔬-炒	鮮瓜湯 Fresh melon soup 瓜+薑-煮	6.5	2.5	1.9	2.6	1.0	876
20 一	白飯 white rice 白米-蒸	洋芋燉豆腐 Potato stewed tofu 豆腐+時蔬-煮	關東煮 Oden 關東丁+時蔬-煮	鮮蔬高麗 Fresh Vegetables Korean 高麗菜+時蔬-煮	冬瓜珍珠 Winter melon pearls 冬瓜糖+珍珠-煮	6.5	2.5	1.8	3.0		823
★放寒假囉★											
11 二	薏仁飯 barley rice 白米+薏仁-蒸	日式豆腐 Japanese tofu 豆腐+蔥蒜醬+時蔬-煮	黑椒毛豆莢 Black pepper edamame pods 毛豆莢-煮	香炒海絲 Stir-fried seaweed 海絲+時蔬-炒	日式蔬菜湯 Japanese vegetable soup 味噌+時蔬-煮	6.5	2.5	1.9	3.0		825
12 三	白飯 white rice 白米-蒸	沙茶豆腸 Shacha Bean Sausage 豆腐+時蔬-煮	豆干小炒 Stir-fried dried tofu 豆干+時蔬-炒	葷菇花椰 Mushroom cauliflower 花椰菜+時蔬-燴	蘿蔔湯 Carrot soup 蘿蔔+時蔬-煮	6.2	2.5	2.0	3.0	1.0	867
13 四	韓式海苔紫米拌飯 Korean seaweed and purple rice bibimbap 海苔+芝麻+白米+紫米-蒸	甜醬素雞 Sweet Sauce Vegan Chicken 高麗菜+時蔬-煮	泡菜年糕 Kimchi rice cake 年糕+時蔬+豆皮+泡菜-炒	韓式拌雜菜 Korean mixed vegetables 豆芽菜+時蔬-煮	海芽豆腐湯 Sea Sprouts and Tofu Soup 海芽+豆腐+薑-煮	6.3	2.5	1.8	3.0		809
14 五	麥片飯 Oatmeal 白米+麥片-蒸	三杯油腐 Three cups of fried food 油腐+時蔬-煮	玉米干絲 Corn shreds 干絲+玉米+時蔬-炒	和風蘿蔔 Japanese radish 白蘿蔔+時蔬-煮	酸菜湯 Sauerkraut soup 醃菜+素肉+時蔬-煮	6.5	2.5	1.7	2.6	1.0	871
17 一	小米飯 millet rice 白米+小米-蒸	角螺豆皮燒 Grilled Carob with Bean Skin 豆皮+時蔬-煮	四喜烤麩 Sixi roasted bran 烤麩+時蔬+鳳梨-煮	田園時蔬 Garden vegetables 菇+時蔬-炒	鮮蔬湯 Fresh vegetable soup 時蔬-煮	6.4	2.5	2.0	2.6		812
18 二	胚芽飯 Germ rice 白米+胚芽-蒸	麻婆豆腐 Mapo Tofu 豆腐+素肉+時蔬-煮	黑豆南瓜 Black Bean Squash 黑豆+南瓜-蒸	爆炒白菜 Stir-fried cabbage 白菜+時蔬-炒	義式蔬菜湯 Italian vegetable soup 時蔬-煮	6.2	2.5	1.9	3.0		804
19 三	白飯 white rice 白米-蒸	綜合滷味 Comprehensive braised food 黑豆干+時蔬-燴	素花枝捲X1 Plain flower roll 素花枝捲-燴	鮮蔬四季 Fresh vegetables for all seasons 四季豆+時蔬-炒	味噌湯 miso soup 味噌+豆腐-煮	6.3	2.5	1.8	3.0	1.0	868
20 四	番茄義大利麵 tomato pasta 麵+素肉+番茄+時蔬-煮	西式豆包X1 Western style bean bag 豆皮-燴	腰果豆干 Dried Cashew Nuts 腰果+豆干+時蔬-煮	清炒高麗 Fried Goryeo 高麗菜+時蔬-炒	薑絲海芽湯 Ginger and sea bud soup 海芽+薑-煮	6.5	2.8	1.7	3.0		850
21 五	燕麥飯 Oatmeal 白米+燕麥-蒸	香椿豆腐 Xiangzhuang tofu 豆腐+時蔬-煮	薑燒麵輪 Ginger roasted noodle wheel 麵輪+時蔬-燴	清爽炒筍 Refreshing stir-fried bamboo shoots 筍+時蔬-炒	鮮瓜湯 Fresh melon soup 瓜+薑-煮	6.3	2.5	1.8	2.6	1.0	868
24 一	雜糧飯 Multigrain rice 白米+雜糧-蒸	咖哩麵腸 curry noodle sausage 麵腸+時蔬-煮	關東煮 Oden 關東丁+時蔬-煮	香甜玉米 sweet corn 玉米+時蔬-炒	羅宋湯 Borscht 番茄+時蔬-煮	6.4	2.5	1.8	2.6		807
25 二	糙米飯 brown rice 白米+糙米-蒸	京都豆腸 Kyoto bean sausage 豆腐+時蔬-煮	香麻干絲 Dried sesame seeds 干絲+時蔬-煮	脆炒花椰 Crispy Fried Cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	香菇蔬菜湯 Mushroom and vegetable soup 香菇+時蔬-煮	6.4	2.5	1.8	2.6		807
26 三	白飯 white rice 白米-蒸	洋釀豆包 Western-style bean buns 豆包+時蔬-煮	豆瓣素肚 Douban Sudu 素肚+時蔬-煮	鐵板芽菜 Sizzling sprouts 芽菜+時蔬-煮	酸辣湯 Hot and sour soup 豆腐+時蔬-煮	6.4	2.5	1.8	2.6	1.0	867
27 四	招牌油飯 Signature fried rice 糯米+素肉絲+時蔬-蒸	紅燒油腐X1 braised oily curd 油豆腐-燴	花生麵筋 peanut gluten 花生+麵筋-煮	鮮菇燴瓜 Braised melon with fresh mushrooms 瓜+時蔬-煮	玉米湯 corn soup 玉米+時蔬-煮	6.4	2.5	1.8	2.6		807

未使用輻射污染食品

本公司皆全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米，禁止使用基改食品，敬請安心食用

※本菜單含有花生、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※