食家安 每日滿意度調查 歡迎回饋

食家安 114年06月菜單 成功國中

本店使用 臺灣豬

營養師：[illegible] (營養字第[illegible]) 服務電話：02-2792-5757 廠址：新北市汐止區福德一路338巷1號

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	水果	附品	熱量	蛋白質	脂肪	鈣	鐵	鈉	纖維
02	一	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-菌	泰式鮮蔬 Thai Fresh Vegetables 許國豬肉+九層塔+時蔬-煮	什錦燴蛋* Mixed Egg Stew 蛋+時蔬-炒	咖哩寬粉 Curry Wide Noodles 寬粉+時蔬-煮	青菜 vegetables	四神湯 Four Gods Soup 許國豬肉+薏仁+[illegible]+山藥-煮		6.3	2.6	1.8	3.0	0.0	0.0	834
國慶日															
03	二	小米飯 Millet rice 白米+小米-菌	鮮蔬嫩雞 Fresh Vegetable Chicken 雞肉+時蔬-煮	★酥炸魚丁X3* Fried fish cubes 魚-炸	香炒鮮瓜 Fried fresh melon 瓜+時蔬-炒	青菜 vegetables	菇菇湯 Mushroom Soup 菇+薑絲-煮	果汁 juice	6.5	2.7	1.7	3.0	0.0	0.0	815
04	三	招牌油飯 Signature Oil Rice 糯米+許國豬肉+時蔬-菌	炙燒雞翅X1 Grilled Chicken Wings 三節雞翅-燒	滷蛋豆干* Braised Egg and Dried Tofu 蛋x1+黑豆干+時蔬-滷	脆炒花椰 Crispy Fried Cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	酸辣湯* Hot and Sour Soup 豆腐+時蔬-煮	水果 fruit	6.3	3.0	1.8	2.8	1.0	0.0	817
05	四	五穀飯* Grain Rice 白米+五穀米-菌	香滷雞腿X1 Braised Chicken Legs 雞腿-滷	醬燒油腐* Braised tofu with soy sauce 油豆腐+時蔬-燒	和風蘿蔔 Japanese radish 蘿蔔+時蔬-燒	青菜 vegetables	綠豆薏仁湯 Mung Bean and Barley Soup 綠豆+薏仁-煮		6.4	2.8	1.8	2.8	0.0	0.0	829
06	五	白飯 Rice 白米-菌	筍燜豬肉 Braised Pork with Bamboo Shoots 許國豬肉+許國豬腳+筍-燒	雞茸豆腐煲* Chicken and Tofu Casserole 雞肉+豆腐+時蔬-煮	翠綠四季 Green Seasons 四季豆+時蔬-炒	青菜 vegetables	薑絲海芽湯 Shredded Ginger Sea Sprout Soup 海芽+薑-煮	水果 fruit	6.3	3.0	1.7	2.8	1.0	0.0	835
09	一	燕麥飯* Oatmeal 白米+燕麥-菌	日式咖哩雞 Japanese Curry Chicken 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	◎關東煮* Oden 魚漿製品-煮	香滷海結 Spicy marinated sea knot 海結+時蔬-煮	青菜 vegetables	柴魚味噌湯* Bonito Miso Soup 味噌+豆腐+柴魚片-煮		6.5	2.6	1.5	2.8	0.0	0.0	824
10	二	紅藜飯 Red Quinoa Rice 白米+紅藜米-菌	◆三杯魚* Three cups fish 水連魚+時蔬-煮	酢醬豬* Vinegar Sauce Pork 許國豬肉+豆干+時蔬-煮	清香白菜 Fragrant cabbage 大白菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	紅豆紫米粥 Red Bean and Purple Rice Porridge 紅豆+黑糙米-煮	全脂保久乳* milk	6.5	3.1	1.8	3.0	0.0	1.0	948
11	三	特製義大利麵* Special Italian Pasta 麵-煮	吮指翅小腿X2 Finger-sucking wing calf 翅小腿-燒	番茄肉醬 Tomato meat sauce 許國豬肉+番茄+時蔬-煮	清炒高麗 Stir-fried Korean 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	蘑菇濃湯* Mushroom Soup 蘑菇+時蔬-煮	水果 fruit	6.5	2.9	1.8	2.9	1.0	0.0	918
12	四	麥片飯* Cereal rice 白米+麥片-菌	和風照燒雞 Japanese Teriyaki Chicken 雞肉+時蔬-燒	洋蔥炒蛋* Scrambled Eggs with Onions 蛋+洋蔥+毛豆-炒	芝香芽菜 Cheese Sprouts 豆芽+時蔬-煮	青菜 vegetables	羅宋湯 Borscht 番茄+時蔬-煮		6.4	2.9	1.8	3.0	0.0	0.0	846
13	五	白飯 Rice 白米-菌	蒜泥白肉 Garlic pork 許國豬肉+時蔬-煮	豆干炒肉絲* Stir-fried pork with dried tofu 許國豬肉+豆干+時蔬-炒	鮮蔬炒筍 Fried bamboo shoots with fresh vegetables 筍+時蔬-炒	青菜 vegetables	酸菜肉絲湯 Pickled Cabbage and Shredded Pork Soup 許國豬肉+酸菜+時蔬-煮	水果 fruit	6.2	2.8	2.0	3.0	1.0	0.0	889
16	一	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-菌	花瓜雞 Chicken with melon 雞肉+花瓜+時蔬-煮	肉絲炒年糕 Fried Rice Cake with Shredded Pork 許國豬肉+年糕+時蔬-煮	蒜香高麗 Garlic Korean 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	大滷湯* Braised Soup 許國豬肉+豆腐+時蔬-煮		6.4	2.8	1.5	2.8	0.0	0.0	852
17	二	小米飯 Millet rice 白米+小米-菌	黃金泡菜燒肉 Golden kimchi barbecue 許國豬肉+泡菜+時蔬-煮	★◎檸檬雞柳條X2 Lemon Chicken Strips 雞柳條-炸	雙色肉茸 Two-color minced meat 時蔬+雞肉-煮	青菜 vegetables	蔬菜湯* Vegetable broth 味噌+時蔬-煮	果汁 juice	6.4	2.7	1.8	2.8	0.0	0.0	822
18	三	芝麻飯* Sesame rice 芝麻+白米-菌	★虱目魚排X1* Milkfish Fillet 虱目魚排-炸	麻婆絞肉豆腐* Mapo Minced Meat Tofu 豆腐+許國豬肉+時蔬-煮	油蔥四季 Shallots 四季豆+時蔬-炒	青菜 vegetables	蘿蔔湯 Radish Soup 白蘿蔔+時蔬-煮	水果 fruit	6.3	3.0	1.7	2.8	1.0	0.0	815
19	四	雞肉絲飯 Shredded Chicken Rice 白米+雞肉-菌	蜜香豬排X1 Honey pork chop XI 豬排-燒	玉米炒蛋* Corn scrambled eggs 蛋+玉米-炒	時令燴瓜 Seasonal melon stew 瓜+時蔬-煮	青菜 vegetables	香菇雞湯 Mushroom Chicken Soup 菇+雞肉+薑-煮		6.5	2.8	1.5	3.0	0.0	0.0	848
20	五	白飯 Rice 白米-菌	梅菜燒雞 Braised Chicken with Preserved Vegetables 雞肉+梅干菜+筍干-燒	砂鍋豆皮豬* Casserole Bean Curd Pork 許國豬肉+豆皮+時蔬-煮	鮮炒花椰 Fried Cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	冬瓜西米露 Winter Melon Sago Dessert 西谷米+冬瓜塊-煮	水果 fruit	6.5	2.9	1.7	2.8	1.0	0.0	901
23	一	燕麥飯* Oatmeal 白米+燕麥-菌	招牌咖哩豬 Signature Curry Pig 許國豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	和風蒸蛋* Japanese Steamed Egg 蛋+時蔬-蒸	日式蘿蔔 Japanese radish 白蘿蔔+時蔬-燒	青菜 vegetables	仙草飲 Herbal Jelly drink 仙草+綠豆+蜜豆-煮		6.3	2.6	1.8	3.0	0.0	0.0	836
24	二	紅藜飯 Red Quinoa Rice 白米+紅藜米-菌	蠔油蒜味雞 Oyster sauce garlic chicken 雞肉+時蔬-燒	★虱目魚條X2* Milkfish Strips 魚-炸	香甜玉米 Sweet corn 玉米+時蔬-煮	青菜 vegetables	肉骨茶湯 Bak Kut Teh Soup 排骨+時蔬-煮	果汁 juice	6.5	3.0	1.7	3.0	1.0	0.0	918
25	三	DIY肉燥麵* DIY Braised Pork Noodles 烏麵-煮	嫩汁雞排X1 Tender Chicken Steak 雞排-燒	香菇肉燥* Braised Pork with Mushrooms 許國豬肉+豆干+香菇-煮	田園炒菇 Fried Garden Mushrooms 菇+時蔬-炒	青菜 vegetables	榨菜肉絲湯 Mustard Tuber and Shredded Pork Soup 許國豬肉+榨菜+時蔬-煮	水果 fruit	6.3	2.8	1.8	2.8	0.0	0.0	822
26	四	麥片飯* Cereal rice 白米+麥片-菌	黑糖滷肉 Brown Sugar Marinated Pork 許國豬肉+時蔬-滷	客家小炒* Hakka Stir-fried Food 豆干+時蔬-炒	爆炒高麗 Stir-fried Korean 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	義式蔬菜湯 Italian Vegetable Soup 時蔬-煮	原味豆漿* Soy milk	6.4	3.0	1.8	2.8	0.0	0.0	844
27	五	白飯 Rice 白米-菌	泡菜炒雞 Kimchi Fried Chicken 雞肉+泡菜+時蔬-炒	紹子油腐豬* Shaozi oil-ruined pork 許國豬肉+油豆腐+時蔬-煮	炒筍片 Fried bamboo shoots 筍+時蔬-炒	青菜 vegetables	日式昆布湯* Japanese kelp soup 海芽+柴魚片+薑-煮	水果 fruit	6.3	3.0	1.7	2.8	1.0	0.0	815
30	一	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-菌	香燒雞翅X1 Roasted Chicken Wings 三節雞翅-燒	◎紅燒肉丸子X1 Braised Meatballs 獅子頭+時蔬-燒	芝香芽菜 Cheese Sprouts 豆芽+時蔬-煮	青菜 vegetables	鮮瓜排骨湯 Fresh melon pork ribs soup 排骨+瓜+薑-煮		6.5	2.8	1.7	2.8	0.0	0.0	834

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1D增加澎湖水產品 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」

*表示本菜色含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用