每日
滿意度調查
歡迎回饋
持續提升

食家安 114年09月菜單 成功國中

本店使用 臺灣豬

營養師：葉心儀(營養字第005415號)　服務電話：02-2792-5757　廠址：新北市汐止區福德一路328巷1號

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全穀雜糧(份)	豆魚蛋肉(份)	蔬菜(份)	油脂(份)	水果(份)	乳品(份)	熱量(大卡)
01	一	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-蒸	泰式咖哩 Thai curry 祥圃豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	蕃茄炒蛋* Scrambled Eggs with Tomatoes 蕃茄+蛋-炒	鮮蔬炒海絲 Stir-fried Shredded Seaweed with Fresh Vegetables 海絲+時蔬-煮	青菜 vegetables	柴魚味噌湯* Bonito Miso Soup 味噌+豆腐+柴魚片-煮		5.7	2.4	1.9	2.6	0.0	0.0	772
蔬食日															
02	二	燕麥飯* Oatmeal 白米+燕麥-蒸	◆沙茶鮮魚* Shacha Fresh Fish 水鯊+時蔬-煮	烤肉醬燒雞 Roast Chicken with BBQ Sauce 雞肉+時蔬-煮	椒香四季 Pepper Fragrance Seasons 四季豆+時蔬-炒	青菜 vegetables	鮮瓜排骨湯 Fresh Melon and Pork Ribs Soup 排骨+瓜+薑-煮	果汁 juice	6.2	2.5	2.0	2.9	0.0	0.0	833
03	三	招牌油飯 Signature Oily Rice 糯米+祥圃豬肉+時蔬-蒸	蜜汁雞翅X1 Honey Chicken Wings 三節雞翅-燒	滷蛋豆干* Braised Egg and Dried Tofu 蛋x1+黑豆干+時蔬-滷	鮮蔬高麗 Fresh Vegetables Korea 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	金針肉絲湯 Golden needle and shredded pork soup 祥圃豬肉+金針花+時蔬-煮	水果 fruit	6.1	2.5	2.0	2.8	1.0	0.0	881
04	四	雜糧飯* Multi-grain rice 白米+雜糧-蒸	風味雞排X1 Flavored Chicken Cutlet 雞排-燒	白菜燜豆皮* Braised Cabbage with Bean Curd 白菜+豆皮+時蔬-燒	脆炒花椰 Crispy 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		6.4	2.5	2.0	3.0	0.0	0.0	853
05	五	白飯 Rice 白米-蒸	蒜泥白肉 Garlic Pork 祥圃豬肉+時蔬-煮	麻婆豆腐* Mapo Tofu 豆腐+祥圃豬肉+時蔬-煮	蒜香炒筍 Stir-fried Bamboo Shoots with Garlic 筍+時蔬-炒	青菜 vegetables	招牌麵線羹 Signature Noodle Soup 麵線+時蔬-煮	水果 fruit	6.6	2.6	2.0	2.9	1.0	0.0	931
08	一	五穀飯* Five-grain rice 白米+五穀米-蒸	和風照燒雞 Japanese Teriyaki Chicken 雞肉+時蔬-燒	◎關東煮* Oden 魚漿製品+時蔬-煮	螞蟻上樹* Ants climbing a tree 冬粉+干丁+祥圃豬肉+時蔬-煮	青菜 vegetables	蕃茄豆腐湯* Tomato and Tofu Soup 蕃茄+豆腐-煮		6.5	2.8	1.9	2.6	0.0	0.0	862
09	二	薏仁飯 Job's tears rice 白米+洋薏仁-蒸	蘑菇奶香豬* Mushroom Milk Pig 祥圃豬肉+蘑菇+時蔬-煮	義式豆皮燒* Italian-style tofu skin 豆包+時蔬-煮	鮮菇燴瓜 Braised Mushroom and Cucumber 瓜+時蔬-煮	青菜 vegetables	香菇雞湯 Mushroom Chicken Soup 菇+雞肉+薑-煮	全脂保久乳* milk	6.2	2.7	2.0	2.7	0.0	1.0	939
10	三	蔥香雞汁拌麵* Noodles with scallion and chicken sauce 麵+雞肉+時蔬-煮	醬汁豬排X1 Sauce Pork Chops 豬排-燒	★地瓜薯條X5 sweet potato fries 地瓜薯條-炸	爆炒白菜 Stir-fried cabbage 大白菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	四神湯 Four Gods Soup 祥圃豬肉+薏仁+馬鈴薯+山藥-煮	水果 fruit	6.5	2.8	1.9	2.6	1.0	0.0	922
11	四	糙米飯 brown rice 白米+糙米-蒸	泰式打拋豬 Thai-style pig pat 祥圃豬肉+九層塔+時蔬-煮	豆干小炒* Stir-fried Dried Tofu 豆干+祥圃豬肉+時蔬-炒	油蔥芽菜 Scallion sprouts 豆芽+時蔬-煮	青菜 vegetables	紅豆紫米粥 Red bean and purple rice porridge 紅豆+黑糯米-煮	履歷豆漿* soy milk	6.2	3.3	2.0	2.7	0.0	0.0	884
12	五	白飯 Rice 白米-蒸	香燒雞排X1 Roasted Chicken Fillet 雞排-燒	滑嫩蒸蛋* Smooth steamed egg 蛋+時蔬-蒸	鮮炒花椰 Fried cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	鮮蔬排骨湯 Fresh Vegetable Pork Ribs Soup 排骨+時蔬-煮	水果 fruit	6.2	2.7	2.0	3.0	1.0	0.0	913
15	一	雜糧飯* Multi-grain rice 白米+雜糧-蒸	日式咖哩豬 Japanese curry pork 祥圃豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	◎魷魚丸X2* squid balls 魷魚丸-烤	香甜玉米 sweet corn 玉米+毛豆+紅藜-煮	青菜 vegetables	仙草飲 Grass Jelly Drink 仙草+綠豆+蜜豆-煮		6.6	2.6	2.0	2.9	0.0	0.0	871
16	二	香菇炊飯 Mushroom Rice 白米+時蔬-煮	五香翅小腿X2 Spiced Shark's Fin and Drumstick 翅小腿-滷	岩燒豬肉 Rock-grilled pork 祥圃豬肉+時蔬-燒	脆炒高麗 Crispy fried Korean 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	筍子排骨湯 Bamboo shoots and pork ribs soup 祥圃豬肉+筍+時蔬-煮	果汁 juice	5.7	2.6	1.9	2.6	0.0	0.0	787
17	三	芝麻飯* sesame rice 芝麻+白米-蒸	蔥油雞 Scallion Chicken 雞肉+時蔬+蔥-炒	鐵板油腐* Iron plate oil rot 油豆腐+時蔬-燒	紅燒蘿蔔 Braised Radish 蘿蔔+時蔬-燒	青菜 vegetables	羅宋湯 Borscht 蕃茄+時蔬-煮	水果 fruit	6.2	2.6	2.0	2.9	1.0	0.0	901
18	四	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-蒸	野菜燒肉 Braised Pork with Wild Vegetables 祥圃豬肉+時蔬-燒	洋蔥炒蛋* Scrambled Eggs with Onions 蛋+時蔬-炒	芝香海結 Shiba Xiang Haijie 海結+時蔬-煮	青菜 vegetables	酸辣湯* Hot and Sour Soup 豆腐+時蔬-煮		6.5	2.6	2.0	3.0	0.0	0.0	868
19	五	白飯 Rice 白米-蒸	酢醬豬* Vinegar-sauced pork 祥圃豬肉+豆干+時蔬-煮	香燒豆皮* Fragrant roasted bean curd skin 豆皮+時蔬-煮	鮮炒四季 Stir-fried Four Seasons 四季豆+時蔬-炒	青菜 vegetables	蔬菜湯* vegetable soup 味噌+時蔬-煮	水果 fruit	6.6	2.5	1.9	2.9	1.0	0.0	921
22	一	燕麥飯* Oatmeal rice 白米+燕麥-蒸	春川炒雞 Chuncheon Fried Chicken 雞肉+泡菜+時蔬-炒	大醬燒豆腐* Braised Tofu with Miso 豆腐+時蔬-煮	時令鮮瓜 Seasonal fresh melons 瓜+時蔬-煮	青菜 vegetables	玉米湯 corn soup 玉米+時蔬-煮		6.2	2.6	2.0	2.9	0.0	0.0	841
23	二	紅藜飯 Red Quinoa Rice 白米+紅藜米-蒸	嫩汁雞排X1 Tender chicken fillet 雞排-燒	玉米炒蛋* Corn scrambled eggs 蛋+玉米-炒	脆炒白菜 Crispy Stir-fried Cabbage 白菜+時蔬-煮	青菜 vegetables	薑絲海芽湯 Shredded Ginger Sea Sprout Soup 海芽+薑-煮	果汁 juice	6.4	2.7	1.9	2.7	0.0	0.0	852
24	三	特製義大利麵* Special Italian Pasta 麵-煮	香燒豬排x1 Braised Pork Chops 豬排-燒	番茄肉醬 Tomato Meat Sauce 祥圃豬肉+蕃茄+時蔬-煮	蔬炒高麗 Vegetable stir-fried Korean 高麗菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	巧達濃湯 Cheddar Soup 馬鈴薯+時蔬-煮	水果 fruit	6.3	2.5	2.0	2.8	1.0	0.0	896
25	四	小米飯 Millet rice 白米+小米-蒸	青醬燉雞* Chicken stew with pesto sauce 雞肉+時蔬-燉	★虱目魚條X2* Milkfish strips 魚-炸	蒜香花椰 Garlic Cauliflower 花椰菜+時蔬-炒	青菜 vegetables	綠豆薏仁湯 Mung Bean and Barley Soup 綠豆+薏仁-煮		6.4	2.6	2.0	2.8	0.0	0.0	851
26	五	白飯 Rice 白米-蒸	沙茶炒肉 Shacha Fried Pork 祥圃豬肉+時蔬-炒	◎檸檬雞柳條X2 Lemon Chicken Strips 雞柳條-烤	黑椒芽菜 Black pepper sprouts 豆芽菜+時蔬-煮	青菜 vegetables	肉骨茶湯 Bak Kut Teh Soup 排骨+時蔬-煮	水果 fruit	6.2	2.6	2.0	2.9	1.0	0.0	901
★教師節放假★教師節快樂★															
30	二	胚芽飯* Germ Rice 白米+胚芽米-蒸	筍燜豬肉 Braised Pork with Bamboo Shoots 祥圃豬肉+祥圃豬腳+筍-燒	◎雞肉丸X2 Chicken Meatballs 雞肉丸+時蔬-燒	日式蘿蔔 Japanese radish 白蘿蔔+時蔬-燒	青菜 vegetables	菇菇湯 Mushroom Soup 菇+薑絲-煮	果汁 juice	6.2	2.6	2.0	2.9	0.0	0.0	841

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

*表示本菜單含有甲殼類、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