



成功國中

HACCP稽核符合性名單A級認證 本公司已投保南山壹億圓產品責任險
營養師:葉心儀(營養字第005415號)

日期	星期	主 食	主 副 菜	蔬 菜	湯 品	附 品	全脂 濃奶 (份)	低脂 乳 (份)	綠茶 (份)	綠茶 (份)	水果 (份)	水果 (份)		
1	三	白飯 white rice 白米+蒸	蕃茄豆腐 Tomato tofu 豆腐+蕃茄+時蔬+煮	鹽味毛豆莢 Salted edamame pods 毛豆莢+煮	鮮炒花椰 Salted edamame pods 花椰菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	味噌豆腐湯 Miso tofu soup 味噌+豆腐+煮	水果 fruit	6.3	2.5	1.8	3.0	1.0	865
2	四	五穀飯 Five-grain rice 白米+五穀米+蒸	田園素雞 Country-style vegetarian chicken 素雞+時蔬+煮	沙茶干絲 Satay shredded noodles 干絲+時蔬+煮	翠綠四季 Emerald Green All Seasons 四季豆+時蔬+炒	青菜 veget ables	金菇湯 Mushroom soup 金針菇+時蔬+煮		6.5	2.5	1.7	3.0		820
3	五	招牌油飯 Signature fried rice 糯米+雞肉+時蔬+蒸	綜合滷味 Assorted braised dishes 黑豆干+花生+時蔬+滷	泡菜炒素肚 Stir-fried tofu with pickled vegetables 素肚+泡菜+時蔬+炒	清炒高麗 stir-fried cabbage 高麗菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	義式蔬菜湯 Italian vegetable soup 時蔬+煮	水果 fruit	6.3	2.5	1.8	2.8	1.0	865
★10/6中秋節放假★														
7	二	小米飯 Millet rice 白米+小米+蒸	薑燒麵輪 Ginger-flavored noodles 麵輪+時蔬+燒	照燒凍腐 Teriyaki frozen tofu 芝麻+凍豆腐+時蔬+燒	清香白菜 Fragrant Chinese cabbage 白菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	薑絲鮮瓜湯 Ginger and melon soup 瓜+薑+煮	果汁 juice	6.5	2.5	1.9	2.8		816
8	三	白飯 white rice 白米+蒸	蒲燒烤麩 Grilled seasoned konnyaku 烤麩+時蔬+燒	干丁拌醬 Dried chili paste 碎干丁+雞肉粒+時蔬+煮	香炒鮮瓜 Stir-fried fresh melon 瓜+時蔬+炒	青菜 veget ables	日式蔬菜湯 Japanese vegetable soup 味噌+時蔬+煮	水果 fruit	6.5	2.5	1.8	3.0	1.0	883
9	四	番茄義大利麵 Tomato pasta 麵+素肉+番茄+時蔬+蒸	醬香豆腐 Soy sauce flavored tofu 豆腐+時蔬+燒	西式豆包 Western-style bean buns 豆包+時蔬+煮	和風蘿蔔 Japanese-style radish 蘿蔔+時蔬+煮	青菜 veget ables	玉米湯 corn soup 玉米+時蔬+煮		6.5	2.5	1.8	2.9		818
★10/10國慶放假★														
13	一	糙米飯 brown rice 白米+糙米+蒸	家常豆腐 Home-style tofu 豆腐+時蔬+煮	黑豆南瓜 black bean pumpkin 黑豆+南瓜+蒸	螞蟻上樹 Ants climbing a tree 冬粉+素絞肉+時蔬+煮	青菜 veget ables	酸辣湯 Hot and Sour Soup 豆腐+時蔬+煮		6.4	2.5	1.9	2.8		808
14	二	海苔香鬆飯 Seaweed Rice 白米+香鬆+蒸	糖醋素雞 Sweet and Sour Vegetarian Chicken 素雞+時蔬+炒	家鄉豆皮 Hometown tofu skin 豆皮+時蔬+煮	香滷海根 Fragrant braised sea cucumber 海根+時蔬+滷	青菜 veget ables	活力蔬菜湯 Vibrant Vegetable Soup 時蔬+煮	全脂 保久 乳 milk	6.4	2.5	1.8	2.8	1.0	887
15	三	白飯 white rice 白米+蒸	★腰果排骨酥X3 Cashew pork rib pastry 素排骨+腰果+炸	竹筍炒豆干 Stir-fried bamboo shoots with bean curd 豆干+素肉絲+時蔬+炒	爆炒高麗 Stir-fried Korean 高麗+時蔬+炒	青菜 veget ables	筍子湯 Bamboo shoot soup 筍+煮	水果 fruit	6.3	2.5	1.7	2.8	1.0	857
16	四	小米飯 Millet rice 白米+小米+蒸	紅燒豆腸 Braised bean curd rolls 豆腐+時蔬+燒	鮮蔬山藥 Fresh vegetables and yam 山藥+時蔬+煮	芝香芽菜 Sesame-flavored pickled mustard greens 油片絲+豆芽菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	蘿蔔湯 Radish soup 蘿蔔+薑+煮	糖歷 豆漿 soy milk	6.5	3.3	1.9	3.0		888
17	五	薏仁飯 Millet rice 白米+洋薏仁+蒸	筍香油腐 Bamboo shoot flavored oil-soaked tofu 油豆腐+時蔬+煮	瓜仔干丁 Dried melon seeds 素肉干丁+時蔬+煮	脆炒花椰 Crispy stir-fried cauliflower 花椰菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	香菇蔬菜湯 Shiitake mushroom and vegetable soup 菇+時蔬+煮	水果 fruit	6.5	2.5	1.7	2.8	1.0	871
20	一	胚芽飯 germinated rice 白米+胚芽+蒸	四喜烤麩 Four Happiness Braised Tofu 鳳梨+烤麩+時蔬+煮	大醬燒豆腐 Soy sauce-marinated tofu 豆腐+時蔬+煮	塔香海茸 Tower-shaped sea fungus 海茸+九層塔+時蔬+煮	青菜 veget ables	金針湯 Golden Needle Soup 金針+薑絲+煮	水果 fruit	6.5	2.5	1.7	2.8	1.0	871
21	二	椒香拌麵 Spicy stir-fried noodles 麵+時蔬+素絞肉+炒	打拋豆皮 Beat the bean curd sheet 豆皮+時蔬+煮	東坡素肚 Dongpo's Simple Dish 素肚+時蔬+煮	炒筍片 Stir-fried bamboo shoots 筍+時蔬+炒	青菜 veget ables	白玉湯 Baiyu Decoction 白蘿蔔+薑+煮	果汁 juice	6.5	2.5	1.7	2.8		811
22	三	白飯 white rice 白米+蒸	腰果凍腐 Cashew tofu 腰果+凍豆腐+時蔬+燒	什錦燒X1 Okonomiyaki 什錦燒+燒	飄香洋芋 Fragrant potatoes 馬鈴薯+玉米+煮	青菜 veget ables	海芽味噌湯 Seaweed miso soup 豆腐+味噌+海芽+煮	水果 fruit	6.4	2.5	2.0	2.8	1.0	877
23	四	小米飯 Millet rice 白米+小米+蒸	義式豆皮燒 Italian-style bean curd roll 豆皮+時蔬+煮	京醬麵腸 Beijing-style braised pork intestines 麵腸+時蔬+煮	時令燴瓜 Seasonal stir-fried vegetables 瓜+時蔬+煮	青菜 veget ables	時蔬湯 Vegetable soup 時蔬+煮		6.5	2.5	1.9	3.0		825
★10/25光復節放假★														
27	一	香菇炊飯 Shiitake mushroom rice 白米+時蔬+蒸	咖哩豆腐 curry tofu 豆腐+時蔬+煮	花生麵筋 Peanut gluten 花生+麵筋+煮	爆炒白菜 Stir-fried cabbage 大白菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	客家米粉湯 Hakka rice noodle soup 米粉+時蔬+煮		6.4	2.5	1.9	2.8		808
28	二	紅藜飯 Quinoa rice 白米+紅藜米+蒸	沙茶黑豆干 Satay-flavored black bean tofu 黑豆干+時蔬+煮	香滷蘭花干 Fragrant braised orchid stems 蘭花干+時蔬+煮	燉煮蘿蔔 Stewed radish 蘿蔔+時蔬+煮	青菜 veget ables	薑絲海芽湯 Ginger and sea lettuce soup 海芽+薑+煮	果汁 juice	6.4	2.5	1.8	2.8		807
29	三	白飯 white rice 白米+蒸	醬燒油腐×1 Soy sauce-marinated fried tofu 油豆腐+燒	南瓜炒年糕 Stir-fried pumpkin with rice cakes 毛豆+南瓜+年糕+時蔬+炒	鮮蔬甘藍 Fresh green cabbage 高麗菜+時蔬+炒	青菜 veget ables	什錦蔬菜湯 Mixed vegetable soup 時蔬+煮	水果 fruit	6.3	2.5	1.7	2.8	1.0	857
30	四	麥片飯 Oatmeal rice 白米+麥片+蒸	三杯豆腸 Three cups of bean curd 豆腐+九層塔+時蔬+薑+煮	◎海苔燒×1 Seaweed snacks 海苔燒+烤	田園時蔬 Farm-fresh vegetables 時蔬+炒	青菜 veget ables	鮮瓜湯 Fresh melon soup 瓜+薑+煮		6.5	2.5	1.9	3.0		825
31	五	薏仁飯 Millet rice 白米+洋薏仁+蒸	雙菇炒豆皮 Stir-fried bean curd with mushrooms 豆皮+菇+時蔬+炒	醬燒雙結 Grilled double-knot skewers 百寶結+時蔬+滷	香燻條豆 Fragrant stir-fried beans 四季豆+時蔬+炒	青菜 veget ables	菇菇湯 Mushroom soup 菇+時蔬+煮	水果 fruit	6.5	2.5	1.7	2.8	1.0	871
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、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※														