

裕民園精緻午餐

中壢高商
114年5月菜單

日期	星期	合菜主食	合菜主菜	美味副菜			湯品	全日 供應 (9時)	全日 供應 (10時)	供應 (11時)	供應 (12時)	供應 (13時)
★ 5/1	四	糙米飯	海苔雞米花 海苔粉、雞丁/炸	BBQ甜不辣 甜不辣、洋葱(2:1)/煮	蝦香扁蒲 扁蒲、紅蘿蔔、蝦皮(3:2:1)/煮	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、蛋、玉米	6 8	2 4	2 0	3 0	8 4
★ 5/2	五	燕麥飯	京醬豬柳 豬柳、洋葱、紅蘿蔔(3:1:1)/燒	麻婆豆腐 豆腐、毛豆、絞肉(3:1:2)/煮	鮮炒高麗 高麗菜、紅蘿蔔(3:1)/炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 蘿蔔、肉骨茶包、肉片	6 2	2 8	2 2	2 8	8 5
5/5	一	~園遊會補假一天~										
★ 5/6	二	白米飯	壽喜燒豬肉 肉片、豆芽(3:1)/炒	招牌佛跳牆 大白菜、蝦皮、木耳絲、豆皮(3:1:1:1)/煮	酸甜燒餃*2 水餃/燒	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜、肉絲	6 7	2 4	2 2	2 9	8 5
★ 5/7	三	古早味 肉燥飯	招牌雞腿排 雞腿排/燒	醬炒素雞 杏鮑菇、素雞、絞肉(1:3:1)/炒	鮮菇炒筍 竹筍、鮮菇、紅蘿蔔(3:1:1)/炒	季節蔬菜	綠豆00 綠豆、00	牛奶	6 8	2 7	1 9	8 5
★ 5/8	四	紫米香飯	酸甜魚條*3 魚條/燒	麻辣燙 高麗、金針菇、小丸子(3:2:1)/煮	番茄燴蛋 番茄、洋葱、蛋(2:1:3)/燴	有機蔬菜	冬瓜雞湯 冬瓜、雞丁、薑絲	6 6	2 7	2 2	2 8	8 6
★ 5/9	五	糙米飯	三杯雞 雞丁、米血、九層塔(3:1:1)/燒	香烤地瓜條 地瓜條/烤	鮮菇結頭菜 結頭菜、鮮菇、肉片、海帶結(3:1:1:1)/煮	有機蔬菜	眷村肉羹湯 肉羹、筍絲、木耳絲、紅絲	6 8	2 3	1 9	3 0	8 1
★ 5/12	一	麥片0飯	紅燒燉魚 魚丁、蘿蔔(3:1)/燉	蒜泥老皮豆腐 蒜、豆腐(1:3)/燒	鹹水時蔬 高麗菜、金針菇、敏豆(3:1:1)/煮	產銷履歷蔬菜	海芽濃湯 海帶、蛋	6 2	2 7	2 2	2 8	8 1
★ 5/13	二	白米飯	蔥油燉雞 雞丁、蔥、洋葱(3:1:1)/煮	西芹黑輪 西芹、黑輪(1:3)/炒	蛋酥滷白菜 蛋、大白菜、紅蘿蔔、蝦皮(1:3:1:1)/煮	有機蔬菜	淡水豬肉湯 蘿蔔、豬肉片	6 5	2 4	2 3	2 9	8 3
★ 5/14	三	義大利麵	黃金炸豬排 豬排/炸	鮮炒花椰 花椰、紅蘿蔔、肉絲(3:2:1)/炒	獨門番茄肉醬 絞肉、玉米、洋芋、番茄、紅蘿蔔(2:1:1:2:1)/煮	季節蔬菜	麥片可可亞 麥片、可可粉、西米露	水果	6 3	2 6	2 0	3 1
★ 5/15	四	小米飯	鹽燒翅小腿*2 翅小腿/燒	蘿蔔煮 蘿蔔、紅蘿蔔、甜不辣、海帶結(3:1:1:1)/煮	濃香咖哩 洋芋、紅蘿蔔(3:1)/煮	有機蔬菜	日式味噌湯 豆腐、味噌	6 7	2 4	1 8	2 9	8 5
5/16	五	~考場準備，暫停供餐~										
★ 5/19	一	蕎麥米飯	酥炸魚丁 魚丁/炸	客家小炒 芹、豆干、紅蘿蔔(1:3:1)/炒	白菜滷 大白菜、木耳、蝦皮(3:2:1)/煮	產銷履歷蔬菜	酸菜白肉湯 肉片、酸菜	6 2	2 7	2 1	3 0	8 4
★ 5/20	二	白米飯	和風豬排 豬排/燒	茄汁炒蛋 番茄、洋葱、蛋/燴	鐵板銀芽 豆芽、韭菜、紅蘿蔔、肉絲/燙	有機蔬菜	豆薯燉雞湯 雞丁、豆薯	6 3	2 8	1 9	2 8	8 5
★ 5/21	三	夜市 鐵板麵	香滷雞腿排 雞腿排/滷	雞塊甜不辣 雞塊、甜不辣(1:1)/炸	枸杞冬瓜燒 枸杞、冬瓜、絞肉(1:3:1)/燒	季節蔬菜	紅豆湯 紅豆、地瓜圓	豆奶	6 8	2 7	1 9	3 1
★ 5/22	四	紫米香飯	筍香滷肉 肉角、筍(3:1)/燒	炒三絲 海帶絲、白干絲、紅絲(2:2:1)/拌	日式燉蘿蔔 蘿蔔、紅蘿蔔、鮮菇(3:1:1)/煮	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米、蛋、紅蘿蔔	6 5	2 6	2 4	2 8	8 6
★ 5/23	五	海苔 香鬆飯	油腐蠔油雞 雞丁、油腐、鮮菇(3:2:1)/炒	鮮菇刺瓜 刺瓜、鮮菇(3:1)/煮	螞蟻上樹 高麗菜、絞肉、冬粉、蔥(2:1:2:1)/炒	有機蔬菜	芹香貢丸湯 芹、蘿蔔、貢丸	6 5	2 7	2 1	2 8	8 6
★ 5/26	一	燕麥飯	蔥爆肉柳 肉柳、洋葱、蔥(3:2:1)/炒	玉米燴毛豆 玉米、毛豆仁、洋芋、紅蘿蔔(3:1:1:1)/燒	家常白菜滷 大白菜、紅蘿蔔、鮮菇(3:1:1)/煮	產銷履歷蔬菜	味噌豆腐湯 味噌、豆腐	6 6	2 5	2 0	2 8	8 6
★ 5/27	二	白米飯	濃郁咖哩雞 雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔(3:1:1)/煮	海鮮魷魚丸 魷魚丸/烤	鮮炒蒲瓜 蒲瓜、絞肉(3:1)/煮	有機蔬菜	暖暖肉骨茶 蘿蔔、肉骨茶包、肉片	6 5	2 7	2 2	2 7	8 4
★ 5/28	三	什錦拌麵	香蒜大排 蒜、豬肉排/燒	飄香蒸肉包 肉包/蒸	鮮炒高麗菜 高麗菜、紅蘿蔔、蝦皮(3:1:1)/煮	季節蔬菜	番薯芋圓湯 地瓜、芋圓	水果	6 7	2 5	1 9	8 0
★ 5/29	四	糙米飯	卡拉雞腿排 卡拉雞腿排/炸	青蔥菜脯炊蛋 蛋、菜脯、蔥(3:1:1)/炒	眷村蘿蔔煮 番茄、白蘿蔔、紅蘿蔔、絞肉(1:3:1:1)/煮	有機蔬菜	黃瓜肉片湯 黃瓜、肉片	6 2	2 8	1 9	3 0	8 7
5/30	五	端午節連假~										

★ 標示為三章—0申請日 / 營養師 譚芯惠

*週一供應產銷履歷蔬菜

*全面使用非基改黃豆製品及玉米

*週二四五供應有機蔬菜

*本公司供應之餐點，食材來源一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。