

久翔 13/1/22-2/07 素食菜單 板橋國小

地址：新北市樹林區武林街16-1號 服務電話：02-86753071 HACCP優良廠商 營養師：陳景暉(營養字第8359號) 營養師：黃偉庭(營養字第8272號) 產品責任險：明台0855第06PDT000522 ☆本公司未使用輻射污染食品☆

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯品	全蛋 種類	豆腐 類肉	蔬菜	油類	熱量	
1/22	一	金瓜米粉 米粉+南瓜+時蔬+素肉絲	素東坡肉 素東坡肉(X1)+梅菜-煮	蜜汁豆干 豆干+芝麻-煮	麻油鮮菇 鮑菇+木耳+枸杞+麻油-煮	認證蔬菜	黃瓜湯 大黃瓜+紅蘿蔔	5.0	1.8	1.7	2.7	649
23	二	薏仁飯 白米+洋薏仁	紅燒黑干 黑豆干-燒	酸菜素肚 素肚+酸菜-煮	匈牙利黃芽 黃豆芽+香菇+匈牙利粉-煮	認證蔬菜	關東煮 蘿蔔+油豆腐+玉米	4.8	1.8	1.7	2.5	626
24	三	白飯 白米	酸甜豆雞 豆雞片+菇-炒	照燒麵腸 麵腸+小黃瓜-燒	白菜燴雙菇 白菜+鴻喜菇+菇-煮	認證蔬菜	酸辣湯 豆腐+筍+時蔬	4.7	1.8	1.8	2.5	622
25	四	麥片飯 白米+麥片	咖哩豆腐 豆腐+紅蘿蔔+毛豆+咖哩-煮	素龍鳳腿 素龍鳳腿(X1)-燒	木須高麗 高麗菜+木耳-煮	認證蔬菜	髮菜羹湯 白菜+髮菜	4.7	1.8	1.7	2.6	624
26	五	白飯 白米	糖醋豆包 豆包+彩椒+糖醋醬-燒	冬瓜麵輪 冬瓜+麵輪+枸杞-煮	脆炒洋芋 洋芋+紅蘿蔔+毛豆-炒	認證蔬菜	味噌鮮菇湯 金針菇+海帶芽+味噌	4.9	1.7	1.6	2.7	632
29	一	薏仁飯 白米+洋薏仁	鮮菇麵腸 麵腸+鮑菇-炒	瓜仔豆腐 豆腐+瓜仔-煮	木耳花椰 花椰菜+木耳-炒	認證蔬菜	南瓜湯 南瓜+紅蘿蔔	5.0	1.8	1.6	2.4	633
30	二	白飯 白米	橙汁素排骨 素排骨+時蔬-燴	清炒干絲 豆干+紅蘿蔔+芹菜-煮	炒高麗菜 高麗菜+時蔬-炒	認證蔬菜	香菇蘿蔔湯 蘿蔔+香菇	4.7	1.8	1.7	2.6	624
31	三	白飯 白米	醬爆豆干 豆干+芹菜-炒	番茄麵筋 番茄+蘿蔔+麵筋-煮	田園時瓜 大黃瓜+時蔬-煮	認證蔬菜	刈菜湯 芥菜	4.7	1.8	1.8	2.5	622
2/1	四	白飯 白米	雪菜豆腸 豆腸+雪裡紅-炒	玉米豆腐 豆腐+玉米-煮	匈牙利黃芽 黃豆芽+菇+匈牙利粉-炒	認證蔬菜	米粉湯 米粉+高麗菜	5.0	1.7	1.7	2.6	637
2	五	香菇素臊飯 白米+素絞肉+豆干+麵輪	糖醋豆包 豆包+時蔬-燒	素蒸餃 蒸餃(X2)-蒸	薑絲冬瓜 冬瓜-煮	認證蔬菜	青木瓜湯 青木瓜+白木耳	4.9	1.8	1.7	2.4	629
5	一	白飯 白米	蘿蔔麵輪 麵輪+蘿蔔-滷	菜脯干丁 豆干+菜脯-炒	高麗粉絲 冬粉+高麗菜-煮	認證蔬菜	針菇味噌湯 金針菇+海帶芽+味噌	5.0	1.7	1.8	2.7	644
6	二	白飯 白米	醬炒素雞丁 素雞丁+時蔬-炒	泡菜素肚 素肚+大白菜+泡菜-煮	脆炒銀芽 豆芽菜+時蔬-炒	認證蔬菜	酸辣湯 豆腐+筍+木耳	4.7	1.9	1.8	2.7	638
7	三	白飯 白米	醬燒蘭花干 蘭花干-燒	茄汁凍豆腐 凍豆腐+時蔬+番茄-煮	木耳炒筍 筍+木耳-炒	認證蔬菜	肉骨茶湯 豆薯+菇	4.7	1.9	1.7	2.6	631

本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品