

承富

葛社國小



電話：04-8831965 # 218.202

地址：田尾鄉饒平村建平路2段88號

歡迎踴躍訂購!!



飯菜不足或有任何問題請洽服務人員

8/ 30 (四)	內容	8/ 31 (五)	內容
香Q米飯(蒸)	米	家傳炒飯(拌)	五穀米絞肉
(炸)雞排	雞排	脆皮雞腿(烤)	雞腿
絞肉餛飩	絞肉餛飩	小餡餅(烤)	小餡餅
燴三色(拌炒)	油蔥酥 蔬菜紅蘿蔔 筍木耳	黑胡椒鮑菇(拌炒)	鮑魚菇黑胡椒
季節青菜(拌炒)	青菜	巧克力蛋糕+青菜(拌炒)	青菜蛋糕
菇菇湯(煮)	金針菇木 耳紅蘿蔔	紫菜蛋花湯(煮)	紫菜蛋蔥
主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份	蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份	蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份	蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份
熱量 704.4 卡 脂肪 23.6 克	蛋白質 23 克 醣類 100 克	熱量 739 卡 脂肪 23 克	蛋白質 24 克 醣類 109 克

日期	9/ 3 (一)	內容	9/ 4 (二)	內容	9/ 5 (三)	內容	9/ 6 (四)	內容	9/ 7 (五)	內容
菜色	香Q米飯(蒸) 五香豆腐(烤) 地瓜薯條(烤) 三色炒蛋(拌炒) 季節青菜(拌炒) 竹筍湯(煮)	米 豆腐香菜 豆瓣 地瓜 三色豆蛋 青菜 竹筍香菜	香Q米飯(蒸) 檸檬雞排(烤) 瓜仔肉(燴) 速炒三絲(拌炒) 季節青菜(拌炒) 榨菜肉絲湯	米 雞排 絞肉油蔥 酥 蔬菜木耳 紅蘿蔔 青菜 榨菜肉絲 薑絲	香Q米飯(蒸) 日式肉排(滷) 肉燥乾丁(拌) 筍絲羹(拌炒) 季節青菜(拌炒) 味噌湯(煮)	米 豬肉排 絞肉豆干 竹筍肉羹 青菜 海芽豆腐 味噌	香Q米飯(蒸) 鹽酥雞丁(炸) 和風咖哩(拌炒) 丁香豆干(拌炒) 季節青菜(拌炒) 豬血湯(煮)	米 雞肉 洋芋咖哩 肉丁 豆干小魚 青菜 豬血酸菜 韭菜	家傳炒麵(拌炒) 醬汁肉片(拌炒) (炸)翅小腿 手工水餃(蒸) 奶油椰子餐包+青菜(拌炒) 冬瓜湯(煮)	油麵絞肉 豆芽菜 豬肉片蒜 小雞腿 水餃 青菜麵包 冬瓜丸子
種類及 熱量 分析	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 693.1 卡 脂肪 20.3 克 蛋白質 23.5 克 醣類 104.1 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 751.8 卡 脂肪 23.4 克 蛋白質 25 克 醣類 110.3 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 710.3 卡 脂肪 21.9 克 蛋白質 24.6 克 醣類 103.7 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 691.7 卡 脂肪 21.3 克 蛋白質 25.6 克 醣類 99.4 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 749.9 卡 脂肪 24.3 克 蛋白質 27 克 醣類 105.8 克					

日期	9/ 10 (一)	內容	9/ 11 (二)	內容	9/ 12 (三)	內容	9/ 13 (四)	內容	9/ 14 (五)	內容
菜色	香Q米飯(蒸) 三杯豆腸(拌炒) 五香餛飩(滷) △薯餅(烤) 季節青菜(拌炒) 玉米濃湯(煮)	米 豆腸九層 塔 餛飩油蔥 酥 洋芋 青菜 玉米粒蛋	香Q米飯(蒸) 咖哩肉(滷) 麥克雞塊(烤) 肉羹珍菇(拌炒) 季節青菜(拌炒) 菜頭湯(煮)	米 洋芋咖哩 肉丁 雞肉餡 珍菇肉羹 青菜 菜頭丸子	香Q米飯(蒸) 炸雞排 滷味(拌炒) 蟹絲芙蓉(拌炒) 季節青菜(拌炒) 蛋花湯(煮)	米 雞排肉 菜頭黑輪 蟹絲蔬菜 青菜 蛋紫菜	香Q米飯(蒸) 香嫩肉排(滷) 玉米火腿(拌炒) 西芹甜不辣(拌炒) 季節青菜(拌炒) 海芽味噌湯(煮)	米 豬排肉 玉米粒火 腿 甜不辣西 芹 青菜 海芽豆腐 味噌	台式炒飯(拌) 雞腿酥(炸) 深坑豆腐(烤) 鮮肉包(蒸) 余保+青菜(拌 炒) 雪花珍菇湯(煮)	五穀米絞肉 雞肉 豆腐豆瓣 鮮肉包 青菜茶凍 金針菇木 耳紅蘿蔔
種類及 熱量 分析	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 711 卡 脂肪 23 克 蛋白質 25.4 克 醣類 100.6 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 767.9 卡 脂肪 23.1 克 蛋白質 28 克 醣類 112 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 702 卡 脂肪 23.2 克 蛋白質 24.6 克 醣類 98.7 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 691.5 卡 脂肪 22.7 克 蛋白質 25.3 克 醣類 96.5 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 756 卡 脂肪 24 克 蛋白質 27 克 醣類 108 克					

日期	9/ 17 (一)	內容	9/ 18 (二)	內容	9/ 19 (三)	內容	9/ 20 (四)	內容	9/ 21 (五)	內容
菜色	香Q米飯(蒸) 玉米餛飩(拌炒) 麻婆豆腐(拌炒) 地瓜薯條(烤) 季節青菜(拌炒) 粉絲湯(煮)	米 玉米粒紅 蘿蔔餛飩 豆腐香菜 豆瓣 地瓜 青菜 粉絲蛋	香Q米飯(蒸) (炸)雞腿 八寶辣醬(拌炒) 港式燒賣(蒸) 季節青菜(拌炒) 冬瓜湯(煮)	米 雞腿 豆干絞肉 豆瓣醬 燒賣 青菜 冬瓜丸子	香Q米飯(蒸) 回鍋肉片(拌炒) 土魷魚塊(炸) 燴鮑菇(拌炒) 季節青菜(拌炒) 紫菜蛋花湯(煮)	米 肉片蒜 魚肉 蔬菜鮑魚 菇 青菜 蛋紫菜	香Q米飯(蒸) 咕咾肉(拌炒) (蒸)蛋 塔香什錦(拌炒) 季節青菜(拌炒) 豬血湯(煮)	米 肉丁茄汁 蛋油蔥酥 木耳紅蘿 蔔蔬菜 青菜 豬血酸菜 韭菜	肉燥拌麵 醬燒烤鴨(拌炒) QQ滷蛋(滷) 醬汁湯包(蒸) 珍味熟狗+青菜(拌炒) 日式豆腐湯(煮)	油麵絞肉 豆芽菜 烤鴨 滷蛋 湯包 青菜熟狗 海芽豆腐 味噌
種類及 熱量 分析	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 731.2 卡 脂肪 21.6 克 蛋白質 25.3 克 醣類 108.9 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 768.9 卡 脂肪 23.7 克 蛋白質 24.9 克 醣類 114 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 740.6 卡 脂肪 24.6 克 蛋白質 26 克 醣類 103.8 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 716.4 卡 脂肪 23.2 克 蛋白質 25.4 克 醣類 101.5 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 736.7 卡 脂肪 22.3 克 蛋白質 24 克 醣類 110 克					

日期	9/ 24 (一)	內容	9/ 25 (二)	內容	9/ 26 (三)	內容	9/ 27 (四)	內容	9/ 28 (五)	內容
菜色	香Q米飯(蒸) 什錦蔬菜百頁(拌炒) 南洋咖哩(滷) 醬汁菜頭棵(烤) 季節青菜(拌炒) 紫菜蛋花湯(煮)	米 蔬菜百頁 洋芋咖哩 素雞 菜頭棵 青菜 蛋紫菜	香Q米飯(蒸) 黑胡椒豬柳(拌炒) 蝦仁卷(拌炒) 臘肉高麗菜(拌炒) 季節青菜(拌炒) 菜頭湯(煮)	米 洋蔥黑胡 椒肉絲 蝦仁卷 高麗菜臘 肉 青菜 菜頭丸子	香Q米飯(蒸) 三杯雞(拌炒) (蒸)肉丸子 西芹三色(拌炒) 季節青菜(拌炒) 榨菜肉絲湯(煮)	米 雞丁 絞肉油蔥 酥 西芹木耳 紅蘿蔔 青菜 榨菜肉絲 薑絲	香Q米飯(蒸) 豆輪(滷)豬腩 鱈魚片(炸) 什錦珍菇(拌炒) 季節青菜(拌炒) 粉絲蛋花湯(煮)	米 豆輪豬肉 鱈魚肉 香菇蔬菜 青菜 粉絲蛋	火腿油蔥飯 香雞排(炸) 筍絲羹(拌炒) 水煎包(烤) 青菜+蛋塔 冬瓜湯(煮)	火腿五穀 米 雞排肉 絞肉豆干 筍絲木耳 紅蘿蔔翠 青菜蛋塔 冬瓜丸子
種類及 熱量 分析	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 704.9 卡 脂肪 20.1 克 蛋白質 22.6 克 醣類 108.4 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 765.3 卡 脂肪 24.5 克 蛋白質 26 克 醣類 110.2 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 712.8 卡 脂肪 23.6 克 蛋白質 25 克 醣類 100.1 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 737.9 卡 脂肪 23.9 克 蛋白質 24.3 克 醣類 106.4 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份 熱量 723.8 卡 脂肪 22.2 克 蛋白質 24 克 醣類 107 克					

