



小寶

食品股份有限公司

6/1(三)	食材	6/2(四)	食材	6/3(五)	食材
香Q白米飯 糖醋雞米花 ★紅豆麻糬燒 白玉肉羹 田園蔬菜 酸辣湯	白米 雞米花 麵粉、麻糬 時蔬、肉羹 青菜、蒜仁 白菜、豬血、胡蘿蔔	香Q白米飯 蒜泥白肉 鮮黃玉米蛋 滿漢香腸 美味蔬菜 筍片貢丸湯	白米 肉片 玉米粒、蛋 香腸 青菜、蒜仁 筍片、貢丸	古早味油飯 勁爆雞排 什錦河粉 芋頭糕 鮮炒時蔬 柴魚味噌豆腐湯	糯米、香菇、魷魚 雞肉 時蔬、河粉 芋頭、米漿 青菜、蒜仁 味噌、豆腐、柴魚
醣類：82g；蛋白質：25g 脂質：26g；熱量：652Kcal		醣類：89g；蛋白質：26g 脂質：26g；熱量：697Kcal		醣類：89g；蛋白質：26g 脂質：24g；熱量：677Kcal	

日期	6/6(一)	食材	6/7(二)	食材	6/8(三)	食材	6/9(四)	食材	6/10(五)	食材
菜色	端午節 	芝麻肉鬆飯 和風雞腿(滷) 麻婆豆腐 蔥花菜脯蛋 季節蔬菜 冬瓜排骨蛤仔湯	白米、肉鬆 雞腿 豆腐、絞肉 菜脯、蛋 青菜、蒜仁 冬瓜、排骨、蛤仔	香Q白米飯 奮起湖排骨 八寶肉燥 茄汁起司熱狗 田園蔬菜 麵線糊	白米 排骨肉 絞肉、時蔬 起司、熱狗 青菜、蒜仁 麵線、時蔬、木耳	香Q白米飯 珍味香雞排 三彩蒸蛋 紅燒豬腩 美味蔬菜 榨菜肉絲湯	白米 雞肉 蛋、時蔬 蘿蔔、肉丁 青菜、蒜仁 榨菜、肉絲	蝦仁蛋炒飯 京醬回鍋肉 白菜燒獅子頭 珍珍蝦捲 季節蔬菜 什錦蛋花湯	蝦仁、蛋、飯、肉片、時蔬 白菜、獅子頭、蝦捲 時蔬 時蔬、蛋	
										醣類：80g；蛋白質：25g 脂質：23g；熱量：625Kcal
營養分析										

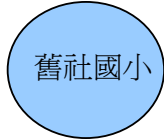
日期	6/13(一)	食材	6/14(二)	食材	6/15(三)	食材	6/16(四)	食材	6/17(五)	食材
菜色	香Q白米飯 黃金咖哩羊芋 鳥蛋燴什錦 港式蘿蔔糕 老農蔬菜 味噌豆腐湯	白米 洋芋、時蔬 鳥蛋、時蔬 蘿蔔糕 青菜、蒜仁 味噌、豆腐	香Q白米飯 梅干燒肉 玉米火腿蛋 嫩豆腐+泡菜 季節蔬菜 大黃瓜肉羹湯	白米 梅干菜、豬肉 玉米、火腿、筍 豆腐、泡菜 青菜、蒜仁 大黃瓜、肉羹	香Q白米飯 鹹酥雞(炸) 肉丁豆干炒二色 香烤薯餅 田園蔬菜 玉米濃湯	白米 雞肉 肉丁、豆干 薯餅 青菜、蒜仁 胡瓜、丸子	香Q白米飯 黑胡椒豬柳 花枝丸+柳葉魚 螞蟻上樹 美味蔬菜 筍片排骨磅皮湯	白米 豬柳、洋蔥、豆芽 花枝丸、柳葉魚 冬粉、時蔬、肉燥 青菜、蒜仁 筍片、排骨、磅皮	海鮮麵 香嫩雞排 ★PIZZA 芹香甜不辣 鮮炒時蔬 菜頭豆腐湯	麵、時蔬、海鮮 雞肉 麵粉、時蔬 芹菜、魚漿 青菜、蒜仁 菜頭、豆腐
營養分析										

日期	6/20(一)	食材	6/21(二)	食材	6/22(三)	食材	6/23(四)	食材	6/24(五)	食材
菜色	香Q白米飯 香菇麵筋素肉燥 蔥花蛋 五彩水餃 老農蔬菜 玉米海帶湯	白米 素肉燥、素肉 蔥、蛋 水餃 青菜、蒜仁 玉米、海帶	川島肉鬆飯 鳳尾蝦排(炸) 沙茶三絲魷魚羹 烘烤香腸 季節蔬菜 豬血湯	肉鬆、飯 蝦排 魷魚羹、時蔬 香腸 青菜、蒜仁 豬血	香Q白米飯 吮指香雞 肉燥滷蛋 ★奶油泡芙 田園蔬菜 油豆腐蘿蔔湯	白米 雞胸塊 蛋、絞肉 奶油、麵粉 青菜、蒜仁 豆腐、蘿蔔	香Q白米飯 鮮嫩里肌排 客家小炒 蟬絲蒸蛋 美味蔬菜 瓜瓜丸子湯	白米 里肌排 豆干、肉燥、時蔬 蛋、蟬絲 青菜、蒜仁 丸子、時蔬	叉燒肉飯 貴妃香雞 筍香燴什錦 ★法式西點 鮮炒時蔬 海菜蛋花湯	叉燒肉、時蔬 雞肉 筍子、時蔬 蛋、麵粉 青菜、蒜仁 海菜、蛋
營養分析										

日期	6/27(一)	食材	6/28(二)	食材	6/29(三)	食材	6/30(四)	食材
菜色	香Q白米飯 茄汁豆包 ★銅鑼燒 豆瓣海帶根 老農蔬菜 芹香山東疙疙湯	白米 豆包 蛋、麵粉 海帶根 青菜、蒜仁 時蔬、麵疙	香Q白米飯 港式芝麻雞腿 肉燥滷烏蛋 奶油白菜滷 季節蔬菜 海鮮玉米濃湯	白米 雞腿、芝麻 肉燥、油烏蛋 白菜、紅蘿蔔 青菜、蒜仁 玉米、火腿、蛋、麵粉	香Q白米飯 中正排骨肉 麥克雞塊*2 總燴肉羹 田園蔬菜 冬粉湯	白米 排骨肉 雞塊 時蔬、肉羹 青菜、蒜仁 冬粉、時蔬	香Q白米飯 南洋咖哩雞 日式壽喜燒 花枝排(炸) 美味蔬菜 味噌海芽湯	白米 蘿蔔、雞肉、洋芋 肉片、時蔬 花枝排 青菜、蒜仁 味噌、海芽
營養分析								



歡迎大家踴躍訂購
我們將以最真誠的心
為大家服務



P.S:若飯菜量不足，請速洽服務人員，謝謝！

營養師：王意欣