



感謝您的反饋!!  
※津味午餐問卷調查  
線上調查表

# 津味優質午餐



八德國中  
111年10月菜單

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	全蛋 量(個)	豆類 量(個)	薯類 量(個)	肉類 量(個)	魚類 量(個)	其他 量(個)
10/3	一	白飯	<b>佛蒙特咖哩雞</b> C雞肉,Q洋芋,Q紅蘿蔔/煮	<b>蔥燒豆干</b> 非基改豆干,蔥/炒	<b>蔬菜寬粉</b> Q高麗菜,寬粉,Q紅蘿蔔/炒	有根蔬菜	6.5	2.7	2	2.5	820
10/4	二	小米蒸飯	<b>筒香扣肉</b> C豬肉,筍干/滷	<b>大瓜鮮菇</b> Q大黃瓜,Q鮮菇/煮	<b>珍珠四寶</b> Q非基改玉米粒,T毛豆,C絞肉,Q紅蘿蔔/煮	有根蔬菜	6.5	2.6	2	2.7	827
10/5	三	什錦炒麵	<b>卡拉脆皮雞排</b> C雞排/炸	<b>蒜香四季豆</b> T四季豆,蒜/炒	<b>傳奇麻辣燙</b> Q高麗菜,Q金針菇,C魚丸,非基改凍豆腐/煮	青菜	6.3	2.7	2	3	829
10/6	四	白飯	<b>鐵板燒肉柳</b> C雞肉,Q洋蔥/煎	<b>韭菜豆芽</b> Q豆芽菜,韭菜/炒	<b>芹香黑輪</b> Q芹,C黑輪/炒	有根蔬菜	6.3	2.6	2	2.8	817
10/7	五	地瓜飯	<b>鍋燒羅勒魚</b> C水鯊魚,九層塔/炒	<b>日式蒸蛋</b> Q雞蛋/蒸	<b>海結百頁燒</b> 海帶結,非基改百頁/燒	有根蔬菜	6	3	2	2.6	812
10/10	一	<b>雙十國慶日</b>									
10/11	二	白飯	<b>BBQ燒肉片</b> C豬肉,Q洋蔥/炒	<b>蔥爆海絲</b> 海帶絲,非基改豆干絲/炒	<b>部隊鍋</b> Q大白菜,Q金針菇,C米血糕/煮	有根蔬菜	6.2	2.5	2	2.7	813
10/12	三	招牌雞肉飯	<b>黃金酥炸魚</b> C虱目魚排/炸	<b>金菇花椰</b> C花椰菜,Q金針菇/炒	<b>蒜香油腐</b> 蒜,非基改油豆腐/煎	青菜	6.2	2.8	2	3	829
10/13	四	蕎麥米飯	<b>碳烤雞排</b> C雞排/烤	<b>蝦香高麗</b> 蝦皮,Q高麗菜,Q紅蘿蔔/炒	<b>番茄炒蛋</b> Q番茄,Q雞蛋/炒	有根蔬菜	6.2	3	2	2.5	827
10/14	五	五穀米飯	<b>糖醋咕咾肉</b> C豬肉,Q洋蔥/煎	<b>乳酪馬鈴薯</b> Q馬鈴薯,Q紅蘿蔔/煮	<b>小瓜什錦</b> Q小黃瓜,Q紅蘿蔔,Q木耳/炒	有根蔬菜	6.5	2.6	2	2.8	826
10/17	一	白飯	<b>泰式椒麻魚</b> C水鯊魚,Q洋蔥/煎	<b>客家小炒</b> 非基改豆干,C豬肉/炒	<b>開陽蒲瓜</b> 蝦皮,Q蒲瓜/炒	有根蔬菜	6	2.8	2	2.8	811
10/18	二	胚芽米飯	<b>黑胡椒里肌</b> C豬肉/煎	<b>蔬菜粉絲</b> 冬Q粉,高麗菜,Q紅蘿蔔/炒	<b>香濃布丁蒸蛋</b> Q雞蛋/蒸	有根蔬菜	6.5	2.8	2	2.5	828
10/19	三	茄汁義大利麵	<b>搖搖鹽酥雞</b> Q雞肉,海苔粉/炸	<b>白玉關東煮</b> Q蘿蔔,C黑輪,Q玉米圓,海帶/煮	<b>筒香麵輪</b> 脆筒片,麵輪/紅燒	青菜	6.3	2.5	2	3	814
10/20	四	白飯	<b>花生燒肉</b> C豬肉,花生/煎	<b>芝麻黑豆干</b> 芝麻,非基改黑豆干/煎	<b>奶香白菜</b> Q大白菜,Q紅蘿蔔/煮	有根蔬菜	6	3	2	2.8	821
10/21	五	麥片白飯	<b>紐澳良腿排</b> C雞肉/煎	<b>鮮菇刺瓜</b> Q大黃瓜,Q鮮菇/煎	<b>南洋咖哩</b> Q馬鈴薯,Q紅蘿蔔/煮	有根蔬菜	6.5	2.5	2	2.6	810
10/24	一	芝麻白飯	<b>蒜泥白肉</b> C豬肉,蒜/煮	<b>洋蔥滑蛋</b> Q洋蔥,Q雞蛋/炒	<b>麻婆豆腐</b> 非基改豆腐,C豬肉/煎	有根蔬菜	6	3	2	2.6	812
10/25	二	白飯	<b>宮保雞丁</b> C雞肉/炒	<b>沙茶玉米</b> Q非基改玉米,Q紅蘿蔔/炒	<b>極品佛跳牆</b> Q大白菜,Q紅蘿蔔,C豬肉/煮	有根蔬菜	6.5	2.5	2	2.7	819
10/26	三	香蔥炒飯	<b>日式炸豬排</b> C豬肉/炸	<b>開陽香筍</b> 蝦皮,Q竹筍,C豬肉/炒	<b>眷村滷味</b> 海帶結,非基改百頁/煮	青菜	6.2	2.8	2	3	829
10/27	四	小米蒸飯	<b>蔥爆燒魚</b> C水鯊魚,Q蔥/煎	<b>泰式獅子頭</b> C獅子頭/紅燒	<b>奶香洋芋燒</b> Q馬鈴薯,Q紅蘿蔔/煎	有根蔬菜	6.5	2.8	2	2.5	828
10/28	五	五穀米飯	<b>古早味大排</b> C豬肉/煎	<b>冬瓜燒肉</b> Q冬瓜,Q豬肉/煎	<b>敏豆甜條</b> T敏豆,C甜不辣/炒	有根蔬菜	6.5	2.6	2	2.7	827
10/31	一	白飯	<b>印度咖哩雞</b> C雞肉,Q洋蔥,Q紅蘿蔔/煮	<b>螞蟻上樹</b> 冬粉,Q高麗菜,C豬肉/炒	<b>鐵板油豆腐</b> 海帶根,非基改豆干/煎	有根蔬菜	豆奶 6.5	2.7	2	2.6	825

★本菜單係以「國產豬肉」，產地：台灣。  
 1. 全蛋：每日供應改良黃豆製品及玉米。 2. 每週一供應產銷履歷蔬菜，每週二、四、五供應有機蔬菜。  
 3. 其他：生果類、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品、茶葉、酒精類，不適合對  
 地過敏者食用。

津味企業有限公司 HACCP優良廠商  
 地址：桃園市大溪區新先東路61巷20弄6號  
 服務電話：03-3881534  
 營養師：葛如頭 營養字第3594號