

國華食品工廠

* 菜單設計者：曾富美 營養師
 * 專線：7363303 * (南興國小菜單)
 * 國華E-mail: kuohow.food@gmail.com
 * 飯菜不足或用餐有任何問題，請洽服務人員
 哦 112.4



本公司使用國產豬肉

4月29日(六)校慶

鮮彩炒飯

香雞腿
 一品雞塊
 黃金脆薯

深色蔬菜
綠豆西米露

熱量: 720.5K 脂肪: 22.0g
 醃類: 103.0g 蛋白質: 27.6g

4月3日(一)	4月4日(二)	4月5日(三)	4月6日(四)	4月7日(五) 認證豆漿
---------	---------	---------	---------	--------------



兒童節

清明節

地瓜燕麥飯
黃金魚排
 海苔柴魚甘藍燒
豆乾炒五花豬
 #有機深色蔬菜
 紫菜蛋花湯

熱量: 712.0K 脂肪: 24.5g
 醃類: 95.0g 蛋白質: 27.8g

中式燉飯

岩燒鳳翅
 蔥花吉拿棒
 脆香彩絲

深色蔬菜
白玉排骨湯

熱量: 796.0K 脂肪: 26.7g
 醃類: 106.0g 蛋白質: 32.9g

4月10日(一)	4月11日(二)	4月12日(三)	4月13日(四)	4月14日(五)
----------	----------	----------	----------	----------

香Q米飯
梅干菜燉肉
腐丁肉燥
 鮮汁冬粉煲
 深色蔬菜
蘿蔔肉絲湯

熱量: 720.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 98.0g 蛋白質: 29.0g

糙米Q飯
卡拉生鮮脆魚
 黃瓜玉米
瓜子肉醬
 淺色蔬菜
時蔬龍骨湯

熱量: 709.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 95.5g 蛋白質: 28.7g

香Q米飯
咖哩雞
招牌大海桶
金穗炒蛋
 深色蔬菜
海芽金菇湯

熱量: 720.5K 脂肪: 22.5g
 醃類: 100.0g 蛋白質: 29.5g

地瓜蕎麥飯
甜椒肉片
炒三絲
一品香腸
 #有機深色蔬菜
紅豆湯

熱量: 747.0K 脂肪: 23.0g
 醃類: 106.0g 蛋白質: 29.0g

古早味沙茶麵
吮指雞小腿
嘿嘿饅頭捲
熱狗棒
 淺色蔬菜
竹筍肉絲湯

熱量: 702.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 95.0g 蛋白質: 27.5g

4月17日(一)	4月18日(二)	4月19日(三)	4月20日(四)	4月21日(五)
----------	----------	----------	----------	----------

香Q米飯
三節雞翅
香菇肉醬
 絲瓜麵線
 淺色蔬菜
海帶苗蛋花湯

熱量: 711.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 96.0g 蛋白質: 28.9g

地瓜小米飯
日式豬柳
 沙茶筍絲羹
香酥魚
 深色蔬菜
冬瓜龍骨湯

熱量: 701.0K 脂肪: 23.0g
 醃類: 95.0g 蛋白質: 28.2g

香Q米飯
塔香雞
元寶餃子
彩椒海帶炒肉
 深色蔬菜
時蔬豬肉湯

熱量: 729.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 100.0g 蛋白質: 29.4g

什錦穀Q飯
筍干燻肉
小瓜豆腐
香汁炒蛋
 #有機淺色蔬菜
蔬菜味噌湯

熱量: 702.0K 脂肪: 23.0g
 醃類: 95.0g 蛋白質: 27.5g

夏威夷鳳梨炒飯
酥炸里肌排
可口黑輪條
和風關東煮
 深色蔬菜
三絲湯

熱量: 710.5K 脂肪: 24.0g
 醃類: 96.0g 蛋白質: 28.7g

4月24日(一)	4月25日(二)	4月26日(三)	4月27日(四)	4月28日(五)
----------	----------	----------	----------	----------

香Q米飯
虱目魚排
古早味肉醬
 芋香白菜滷
 深色蔬菜
鮮筍龍骨湯

熱量: 710.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 96.0g 蛋白質: 28.6g

地瓜燕麥飯
紅燒豬腩
金菇玉米
港式彩頭糕
 淺色蔬菜
柴魚豆腐湯

熱量: 722.0K 脂肪: 22.5g
 醃類: 102.0g 蛋白質: 27.8g

香Q米飯
熱炒骨腿
竹筍炒肉
咖哩仔仔麵
 淺色蔬菜
土瓶蒸湯

熱量: 722.0K 脂肪: 23.0g
 醃類: 100.0g 蛋白質: 28.8g

什穀Q飯
味噌芝麻豬
蜜汁印干
金菇扁蒲
 #有機深色蔬菜
冬粉肉絲湯

熱量: 733.5K 脂肪: 23.3g
 醃類: 101.0g 蛋白質: 29.1g

傳統炒麵
鐵路排骨肉
可口餡餅
芝麻拌海帶
 深色蔬菜
美味海苔湯

熱量: 720.0K 脂肪: 23.5g
 醃類: 98.0g 蛋白質: 29.1g

冠成南興國小 112年4月菜單



營養師高琪紋

便當王統統

本公司 豬肉 「原料原產地(台灣)」

星期一 4月3日	星期二 4月4日	星期三 2023/4/29(六)(運動會)	星期四 4月6日	星期五 4月7日
<p>歡迎同學踴躍訂購 冠成 食品工廠</p>		<p>白米飯 筍乾扣肉(醃) 古早味滷味(豆) 日式炊蛋 深色蔬菜 味噌海芽湯</p>	<p>地瓜飯 日式轟炸雞腿 日式炊蛋 咖哩洋芋 深色蔬菜 味噌豆腐湯(豆)</p>	<p>台式炒飯 蒲燒鯛魚 地瓜球(炸加) 哈燒翅小腿 深色蔬菜 蛋花湯</p>
		<p>4月10日 白米飯 板烤雞排 古早味碎肉(豆) 海苔偽章魚燒(海加) 深色蔬菜 蘿蔔湯</p>	<p>4月11日 燕麥飯 匈牙利燉肉 飄香滷蛋 蔥花古拿棒 淺色蔬菜 紅豆紫米湯</p>	<p>4月12日 白米飯 鹽酥香香雞 扒菜滷肉(醃) 四色玉米 淺色蔬菜 豆腐湯(豆)</p>
<p>4月17日 白米飯 元氣豬排 咖哩雞 香嫩豆腐(豆) 深色蔬菜 白卜肉絲湯</p>	<p>4月18日 五穀飯 糖醋雞丁 生鮮水產品-鮮筍雙鮮(海) 手工香蒸肉 淺色蔬菜 玉米蛋花湯</p>	<p>4月19日 白米飯 和風雞排 日式關東煮(冷) 椒鹽甜不辣(加) 淺色蔬菜 香菇冬瓜湯</p>	<p>4月20日 地瓜飯 蘑菇肉片 炫烤雞肉捲 芙蓉蒸蛋 深色蔬菜 金針豆皮湯(豆)</p>	<p>4月21日 親子丼炒飯 魚丁雙拼 照燒雞腿 暖暖紅豆包(冷) 深色蔬菜 味噌鮮蔬湯</p>
<p>4月24日 白米飯 普羅旺斯雞排 壽喜燒肉(豆) 港式蘿蔔糕(冷) 深色蔬菜 筍片湯</p>	<p>4月25日 糙米飯 米血燒鴨(冷) 生鮮水產品-蝦仁彩蔬蛋(海) 大雞堡肉 淺色蔬菜 綠豆薏仁湯</p>	<p>4月26日 白米飯 卡啦棒棒腿 五香碎肉 白玉滷腐(豆) 淺色蔬菜 玉米濃湯(芡)</p>	<p>4月27日 地瓜飯 港式肉排 砂鍋白菜煲 醬滷翅小腿 深色蔬菜 榨菜肉絲湯(醃)</p>	<p>4月28日 義式鐵板麵 魷魚圈圈 香檸雞柳條(炸加) 百頁拚滷蛋(豆) 深色蔬菜 紫菜湯</p>

