

廠商:品大餐飲企業有限公司

114年6月份菜單

### 成功高中

使用之豬肉及其製品原產地(國)皆為台灣

週次	主菜	日期	星期	副菜1	副菜2	副菜3	副菜4	全穀雜 糧類 (份)	豆魚蛋 肉類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂及堅 果種子類 (份)	熱量 (大卡)
一	三杯雞	6/2	一	醋溜木耳片	茄汁甜不辣	炒油菜	時蔬	6.3	3	2.6	3.1	871
	香煎腿排	6/3	二	蒜味豆腐	奶油玉米	紅蘿高麗菜	時蔬	6.2	3.3	2.5	3.2	888
	紅燒肉	6/4	三	三絲筍片	韭菜冬粉	小白菜	時蔬	6.2	3	2.7	3	862
	洋芋燉肉	6/5	四	紅蘿炒蛋	滷白蘿蔔	炒黃瓜	時蔬	6	3.4	2.9	3.3	896
	酥炸鱈魚(炸)	6/6	五	海帶干絲	蔥燒杏鮑菇	青花菜	時蔬	6	3.3	2.6	3	868
二	三杯豬柳	6/9	一	五香豆干	紅蘿炒蛋	脆炒高麗	時蔬	6.2	3.3	2.5	3	879
	沙茶雞丁	6/10	二	醬燒豆腐	榨菜肉絲	炒青江菜	時蔬	6	3.2	2.5	3	858
	嫩煎豬排	6/11	三	香芹雞捲	芝麻海絲	紅蘿花椰	時蔬	6	3.1	2.4	3.3	861
	蒲燒鯛	6/12	四	香菇肉燥	毛豆玉米	燴小白菜	時蔬	6.2	3.3	2.5	3.1	884
	檸檬雞(炸)	6/13	五	三杯杏菇	蔥花蛋	薑絲油菜	時蔬	6	3.4	2.4	3.3	884
三	豆腐雞丁	6/16	一	鐵板豆腐	紅蘿黃瓜	荷包蛋	時蔬	5	3.6	2.6	3	820
	蜜汁肉排	6/17	二	南瓜凍豆腐	滷米血糕	青花菜	時蔬	6.3	3	2.5	2.8	855
	五香滷肉	6/18	三	番茄炒蛋	奶油金菇	炒高麗菜	時蔬	6	3.3	2.5	3.2	874
	椒鹽柳葉魚(炸)	6/19	四	滷海帶結	木耳銀芽	蒜香小白菜	時蔬	6	3	2.7	2.8	839
	照燒雞	6/20	五	蔥爆干片	玉米肉末	炒蚵白菜	時蔬	6.2	3.2	2.5	2.9	867
四	手撕雞	6/23	一	毛豆干丁	炒木耳絲	炒白花椰	時蔬	6	3	2.5	2.8	834
	蒜泥白肉	6/24	二	咖哩冬粉	筍片鮮菇	蒜香冬瓜	時蔬	6.2	3.2	2.5	3.2	881
	脆皮雞(炸)	6/25	三	瓜仔肉	韭菜銀芽	炒黃瓜	時蔬	6	3.3	2.7	3.3	884
	照燒肉排	6/26	四	三杯海帶	玉米炒蛋	炒青江菜	時蔬	6.1	3.4	2.6	3.4	900
	檸檬魚	6/27	五	茄汁油腐	香芹金菇	白菜滷	時蔬	6	3.3	2.6	3.5	890
五		6/30	一	結 業 式								
			二									
			三									
			四									
			五									