

新嘉餐盒食品工廠 114 年 1 月 南光學生午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜(一)	副菜(二)	青菜	湯	主食類	魚肉蛋豆	蔬菜類	油脂類
1/2	四	白米飯	宮保雞丁	芝麻球	紅蔘炒蛋	時令青菜	味噌豆腐湯	7.0	2.3	2.2	2.5
1/3	五	白米飯	里肌豬排	蔥燒粉絲	麻辣燙	時令青菜	金針菇湯	7.0	2.4	2.3	2.6
1/6	一	白米飯	梅干扣肉	煎餃+花枝楊	玉米三色	時令青菜	海帶芽丸片湯	7.0	2.5	2.2	2.5
1/7	二	白米飯	茄汁肉排	番茄蛋豆腐	海帶傑鴿蛋	時令青菜	朴菜筍片湯	7.0	2.6	2.3	2.4
1/8	三	白米飯	鹽酥雞丁	米血糕+小貢丸	筍絲肉羹	時令青菜	白玉雙色湯	7.0	2.3	2.2	2.5
1/9	四	玉米炒飯	日式豬排	洋芋薯條	茄汁魚條	時令青菜	粉圓湯	7.0	2.4	2.3	2.6
1/10	五	白米飯	塔香雞排	油豆腐肉燥	關東煮	時令青菜	麵線羹	7.0	2.4	2.2	2.4
1/13	一	白米飯	香菇肉絲	椒鹽翅小腿	沙茶洋芋	時令青菜	蛋花湯	7.0	2.6	2.1	2.6
1/14	二	白米飯	香酥雞翅	麻婆豆腐	玉米炒蛋	時令青菜	味噌湯	7.0	2.3	2.2	2.5
1/15	三	白米飯	無骨肉排	碎脯炒蛋	燴什錦	時令青菜	彩頭湯	7.0	2.6	2.3	2.4
1/16	四	雞肉飯	雞肉絲	五香滷蛋	開胃筍干	時令青菜	冬瓜QQ圓	7.0	2.4	2.2	2.4
1/17	五	白米飯	麵輪燒肉	花枝排	沙茶洋芋	時令青菜	紫菜油腐湯	7.0	2.6	2.1	2.6
1/20	一	白米飯	無骨雞排	客家小炒	筍絲肉羹	時令青菜	海帶芽魚丸湯	7.0	2.5	2.2	2.5
1/21	二	白米飯	椒鹽翅腿	蔥燒粉絲	麻辣燙	時令青菜	彩頭湯	7.0	2.4	2.3	2.6
1/22	三	白米飯	香菇肉絲	麥克雞塊*2	紅蔘洋芋蛋	時令青菜	金針菇雙味湯	7.0	2.6	2.3	2.4
1/23	四	白米飯	宮保雞柳	中式香腸	海帶結三味	時令青菜	紅豆Q圓	7.0	2.3	2.2	2.5
1/24	五	白米飯	香酥雞翅	麻婆豆腐	麵輪貢丸	時令青菜	蛋花湯	7.0	2.6	2.1	2.6

※當日實際菜色，請上校園食材查詢系統查詢。

※如遇上特殊狀況（如原物料廠商供應不及、食材品質不佳...等）會臨時調整菜單已避免餐點無法供應。

※本公司提供豬肉食材來源皆為臺灣國產豬。

熱量
830
845
835
851
831
845
838
855
830
851
838
855
835
845
851
831
855