

新嘉餐盒食品工廠 115 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	熱量
1/1	四	元旦放假，不供餐										
1/2	五	白米飯	香菇肉絲	酥炸芋丸	紅蔘炒蛋	時令青菜	味噌豆腐湯	7.0	2.4	2.2	2.4	838
1/5	一	白米飯	沙茶雞翅	螞蟻上樹	綜合鍋物	時令青菜	紫菜蛋花湯	7.0	2.3	2.2	2.5	830
1/6	二	白米飯	韓式豬排	炸物拼盤	咖哩洋芋	時令青菜	彩頭湯	7.0	2.5	2.2	2.5	835
1/7	三	咖哩肉絲飯	綜合鹽酥雞	台式點心	海根豆干	時令青菜	綠豆湯	7.0	2.4	2.3	2.6	845
1/8	四	白米飯	梅干扣肉	麥克雞塊	沙茶玉米	時令青菜	蔬菜菇菇湯	7.0	2.3	2.2	2.5	831
1/9	五	白米飯	香酥雞腿	蔭瓜貢丸	燴白菜滷	時令青菜	柴魚麵線湯	7.0	2.6	2.3	2.4	851
1/12	一	白米飯	胡椒小肉片	酥炸翹腿	綜合滷味	時令青菜	海芽丸片湯	7.0	2.4	2.2	2.4	838
1/13	二	白米飯	宮保雞丁	中式香腸	肉羹什錦	時令青菜	蛋花湯	7.0	2.6	2.3	2.4	851
1/14	三	茄香義式肉醬麵	快樂雞堡	炸蔥油餅	五香滷蛋	時令青菜	冬瓜QQ圓	7.0	2.3	2.2	2.5	830
1/15	四	白米飯	塔香雞腿	酥炸水餃	麻辣鍋物	時令青菜	榨菜雙絲湯	7.0	2.4	2.3	2.6	845
1/16	五	白米飯	彩頭爌肉	蝦仁捲	米血丁三味	時令青菜	味噌豆腐湯	7.0	2.3	2.2	2.5	831
1/19	一	白米飯	無骨雞排	麻婆豆腐	雙色炒蛋	時令青菜	海芽魚蛋湯	7.0	2.4	2.2	2.4	838
1/20	二	結業式，不供餐										
1/21	三	雞滷飯	滷肉雞絲	滷蛋油腐	筍干朴菜	時令青菜	黑糖粉圓	7.0	2.3	2.2	2.5	830
1/22	四	白米飯	蜜汁里肌	沙茶翹腿	碎脯炒蛋	時令青菜	蔬菜湯	7.0	2.4	2.2	2.4	838
1/23	五	白米飯	快樂雞堡	蔥燒粉絲	咖哩雞丁	時令青菜	彩頭湯	7.0	2.4	2.3	2.6	845
1/26	一	白米飯	打拋豬肉	宮保翹腿	海結四味	時令青菜	味噌豆腐湯	7.0	2.3	2.2	2.5	831
1/27	二	白米飯	卡拉堡	肉燥水晶餃	番茄蛋豆腐	時令青菜	紫菜蛋花湯	7.0	2.6	2.3	2.4	851
1/28	三	火腿蛋炒飯	唐揚雞丁	黃金脆薯	雞蛋糕捲	時令青菜	紅豆湯	7.0	2.4	2.2	2.4	838
1/29	四	白米飯	胡椒肉片	CAS雞塊	沙茶四色	時令青菜	海牙貢丸湯	7.0	2.5	2.2	2.5	835
1/30	五	白米飯	菲力雞排	麻辣滷味	紅蔘燴蛋	時令青菜	高麗菜玉米湯	7.0	2.3	2.2	2.5	830

※當日實際菜色，請上校園食材查詢系統查詢。

※本公司提供豬肉食材來源皆為臺灣國產豬。