

115年 2 月

國聖國小-國華廠商菜單

菜單設計者:曾富美 營養師

2月23日(一)				2月24日(二)				2月25日(三)				2月26日(四)				2月27-28日(五)			
香Q米飯 家鄉里肌排(加) 客家小炒(豆海)章Q認證水產 拌炒三色 深色蔬菜 蘿蔔肉絲湯				蕎麥Q飯 梅干雞(醃) 地瓜薯條(炸) 蒙古炒肉(海)章Q認證水產 深色蔬菜 味噌豆腐湯(豆)				香Q米飯 吉利鳳翅 番茄蛋腐(豆) 扁蒲玉米 深色蔬菜 竹筍雙絲湯(醃)				地瓜小米飯 三杯豬肉 一品香腸(加) 越式河粉 有機淺色蔬菜(黑葉白菜) 柴魚海芽湯				 			
熱量:	713.0K	脂肪:	23.0g	熱量:	723.0K	脂肪:	24.0g	熱量:	700.0K	脂肪:	22.5g	熱量:	708.0K	脂肪:	23.0g				
醣類:	98.0g	蛋白質:	28.5g	醣類:	98.0g	蛋白質:	27.8g	醣類:	96.0g	蛋白質:	27.3g	醣類:	97.0g	蛋白質:	27.1g				

**本公司使用國產豬肉 **本菜單含有海鮮、魚類、芝麻、堅果類、蛋、麩質之穀物、大豆等其製品，對食物過敏體質者不適合食用