


國華食品工廠

* 菜單設計者：曾富美 營養師
 * 專線：7363303 (國聖國小菜單)
 * 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

115.4



4月1日(三)		4月2日(四)		4月3、4日(五)	
香Q米飯 海結燉肉 金穗黃瓜 鐵板豆腐(豆) 深色蔬菜 什錦綜合湯		地瓜小米飯 梅干菜燒肉(醃) 五香滷蛋 筍香炒魷魚(海)章Q認證水產 有機淺色蔬菜(黑葉白菜) 麝香蘿蔔味噌湯(豆)+豆漿			
熱量:	712.0K	脂肪:	23.0g	熱量:	720.0K
醃類:	97.0g	蛋白質:	29.2g	醃類:	94.0g
				脂肪:	24.0g
				蛋白質:	32.0g

**本公司使用
國產豬肉**

* 本菜單含有海鮮、魚類、芝麻、堅果類、雞蛋、麩質之穀物、大豆等其製品，對食物過敏體質者不適合食用

4月7日(二)		4月8日(三)		4月9日(四)		4月10日(五)	
地瓜麥片飯 卡拉生鮮脆魚(炸海)生鮮主菜章Q認證水產 瓜仔肉醬(醃) 京都苔阪燒 有機深色蔬菜(有機青江菜) 豆腐味噌湯(豆)		香Q米飯 咖哩雞 紅K海絲 番茄蛋腐(豆) 深色蔬菜 海芽金菇湯		蕎麥O飯 銀蘿豬腩 焗汁白醬洋芋燒 日式餡餅(加) 深色蔬菜 玉米濃湯(苡)		鐵板肉醬麵 卡拉雞腿(炸) 螺旋銀絲卷(冷) 招牌大滷桶(豆) 淺色蔬菜 時蔬什錦湯	
熱量:	709.0K	脂肪:	23.5g	熱量:	702.0K	脂肪:	22.5g
醃類:	95.0g	蛋白質:	29.4g	醃類:	95.0g	蛋白質:	29.9g
				熱量:	718.6K	脂肪:	23.0g
				醃類:	98.0g	蛋白質:	29.9g
				熱量:	721.0K	脂肪:	23.5g
				醃類:	98.0g	蛋白質:	29.3g

4月13日(一)	
香Q米飯 三節雞翅 磨醬五寶 燴炒香筍海鮮(海)章Q認證水產 淺色蔬菜 海帶苗蛋花湯	
熱量:	701.0K
醃類:	95.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	28.5g

4月14日(二)	
什錦穀Q飯 醬燒豬排 絲瓜粉絲 豆腐肉末(豆) 有機深色蔬菜(有機味美菜) 綠豆湯	
熱量:	751.0K
醃類:	107.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	29.0g

4月15日(三)	
香Q米飯 塔香雞 咖哩獅子頭(加) 炒三色 深色蔬菜 時蔬豬肉湯	
熱量:	725.0K
醃類:	99.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	30.5g

4月16日(四)	
地瓜小米飯 筍干燻肉(醃) 卡拉脆魚(炸海)生鮮副菜章Q認證水產 金穗炒蛋 淺色蔬菜 銀蘿豆腐湯(豆)	
熱量:	723.5K
醃類:	97.0g
脂肪:	23.5g
蛋白質:	31.0g

4月17日(五)	
招牌雞肉飯 卡拉雞排(炸加) 手工蒸餃(冷) 蒙古炒肉 深色蔬菜 四絲湯	
熱量:	712.5K
醃類:	97.0g
脂肪:	23.5g
蛋白質:	28.2g

4月20日(一)	
香Q米飯 爆炒雞 香汁炒蛋 海苔地瓜薯(炸) 深色蔬菜 味噌柴魚豆腐湯(豆)	
熱量:	714.0K
醃類:	98.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	28.8g

4月21日(二)	
地瓜燕麥飯 傳香肉排(加) 芋香白菜滷 古早味肉醬(醃) 有機深色蔬菜(有機小松菜) 元氣補湯	
熱量:	715.5K
醃類:	96.0g
脂肪:	23.5g
蛋白質:	30.0g

4月22日(三)	
香Q米飯 沙茶豬肉魷魚(海)章Q認證水產 五香滷蛋 越式河粉 淺色蔬菜 蘿蔔玉米湯	
熱量:	727.0K
醃類:	99.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	31.0g

4月23日(四)	
蕎麥小米飯 卡拉鹽酥雞(炸) 玉米菇洋芋 茄汁蛋燒腐(豆) 淺色蔬菜 結頭三絲湯	
熱量:	710.0K
醃類:	97.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	28.8g

4月24日(五)	
傳統炒麵 香香雞翅 美味甜不辣(加) 竹筍炒肉 深色蔬菜 柴魚海芽湯	
熱量:	703.0K
醃類:	95.0g
脂肪:	23.5g
蛋白質:	27.8g

4月27日(一)	
香Q米飯 香酥魚排(炸海加) 五寶醬(豆) 綠芽雙柳 深色蔬菜 紅豆湯	
熱量:	755.0K
醃類:	105.0g
脂肪:	23.5g
蛋白質:	30.6g

4月28日(二)	
什穀Q飯 三杯豬肉 白菜豚肉鍋(海)章Q認證水產 黃金薯條(炸加) 深色蔬菜 香筍菇湯	
熱量:	719.0K
醃類:	100.0g
脂肪:	23.0g
蛋白質:	28.1g

4月29日(三)	
香Q米飯 紅燒燉肉 冬瓜鮮燴 紅紅炒蛋 深色蔬菜 枸杞野蔬湯	
熱量:	701.0K
醃類:	96.0g
脂肪:	22.5g
蛋白質:	28.2g

4月30日(四)	
地瓜蕎麥飯 花瓜雞(醃) 海鮮小炒(豆海)章Q認證水產 咖哩冬粉煲 有機淺色蔬菜(黑葉白菜) 裙帶蛋花湯	
熱量:	733.5K
醃類:	98.5g
脂肪:	23.5g
蛋白質:	32.0g

