

臺南市東區私立德光中學 嘉丞食品工廠 4月菜單

日期	星期	樓層	主食	主菜(一)	主菜(二)	副菜(一)	副菜(二)	湯品	脂肪	蛋白質	醣類	熱量
3/31	一	2F+行政	白飯/煮	日式豬排/炸	咖哩雞/煮	客家小炒/炒	青菜/炒	冬菜冬粉湯/煮	117	26	27	815
			白米120	豬排50	雞丁50 馬鈴薯25 紅蘿蔔15	豆干40芹菜3	青菜100	冬菜1冬粉5				
4/1	二		鍋燒意麵/煮	BBQ雞排/烤	壽喜豬肉/煮	蘿蔔糕/蒸	青菜/炒	鍋燒湯料/煮	117	26	27	815
			意麵200	雞排100	洋蔥25 肉片30	蘿蔔糕*1	青菜100	高麗菜25 肉絲10火鍋料適量				
4/2	三		小米飯/煮	蜜汁雞/煮	肉燥蒸蛋/蒸	蘿蔔滷味/煮	青菜/炒	玉米大骨湯/煮	117	26	27	815
			小米10 白米110	雞肉50 蜜汁適量	絞肉20 雞蛋50	蘿蔔20 油豆腐35杏鮑菇20	青菜100	玉米10 大骨10				
4/3	四		清明節不供餐									
4/4	五											
4/7	一	3F	白飯/煮	日式豬排/炸	咖哩雞/煮	客家小炒/炒	青菜/炒	冬菜冬粉湯/煮	117	26	27	815
			白米120	豬排50	雞丁50 馬鈴薯25 紅蘿蔔15	豆干40芹菜3	青菜100	冬菜1冬粉5				
4/8	二		鍋燒意麵/煮	BBQ雞排/烤	壽喜豬肉/煮	蘿蔔糕/蒸	青菜/炒	鍋燒湯料/煮	113	28	28	816
			意麵200	雞排100	洋蔥25 肉片30	蘿蔔糕*1	青菜100	高麗菜25 肉絲10火鍋料適量				
4/9	三		小米飯/煮	蜜汁雞/煮	肉燥蒸蛋/蒸	蘿蔔滷味/煮	青菜/炒	玉米大骨湯/煮	115	27	27	811
			小米10 白米110	雞肉50 蜜汁適量	絞肉20 雞蛋50	蘿蔔20 油豆腐35杏鮑菇20	青菜100	玉米10 大骨10				
4/10	四		白飯/煮	韓式燒肉/煮	花瓜雞/煮	香菇豆薯/炒	青菜/炒	味噌芽湯/煮	115	27	27	811
			白米120	高麗菜30 肉片40	雞丁40 碎花瓜適量	香菇5 豆薯40	青菜100	味噌適量 海帶芽10				
4/11	五	4F	芝麻飯/煮	油蔥魚柳/炒	大白魚羹/煮	干貝酥/炸	青菜/炒	綠豆湯/煮	116	27	27	815
			芝麻適量 白米120	豆芽菜25 虱目魚柳40 油蔥適量	大白菜25 魚羹35	干貝酥*1 地瓜25	青菜100	綠豆10				
4/14	一		白飯/煮	日式豬排/炸	咖哩雞/煮	客家小炒/炒	青菜/炒	冬菜冬粉湯/煮	112	26	27	795
			白米120	豬排50	雞丁50 馬鈴薯25 紅蘿蔔15	豆干40芹菜3	青菜100	冬菜1冬粉5				
4/15	二		鍋燒意麵/煮	BBQ雞排/烤	壽喜豬肉/煮	蘿蔔糕/蒸	青菜/炒	鍋燒湯料/煮	112	26	27	795
			意麵200	雞排100	洋蔥25 肉片30	蘿蔔糕*1	青菜100	高麗菜25 肉絲10火鍋料適量				
4/16	三		小米飯/煮	蜜汁雞/煮	肉燥蒸蛋/蒸	蘿蔔滷味/煮	青菜/炒	玉米大骨湯/煮	113	28	28	816
			小米10 白米110	雞肉50 蜜汁適量	絞肉20 雞蛋50	蘿蔔20 油豆腐35杏鮑菇20	青菜100	玉米10 大骨10				
4/17	四	5F	白飯/煮	韓式燒肉/煮	花瓜雞/煮	香菇豆薯/炒	青菜/炒	味噌芽湯/煮	115	27	27	811
			白米120	高麗菜30 肉片40	雞丁40 碎花瓜適量	香菇5 豆薯40	青菜100	味噌適量 海帶芽10				
4/18	五		芝麻飯/煮	油蔥魚柳/炒	大白魚羹/煮	干貝酥/炸	青菜/炒	綠豆湯/煮	115	26	26	798
			芝麻適量 白米120	豆芽菜25 虱目魚柳40 油蔥適量	大白菜25 魚羹35	干貝酥*1 地瓜25	青菜100	綠豆10				
4/21	一		全運會不供餐									
4/22	二											
4/23	三											
4/24	四											
4/25	五	2F+行政	芝麻飯/煮	油蔥魚柳/炒	大白魚羹/煮	干貝酥/炸	青菜/炒	綠豆湯/煮	113	28	28	816
			芝麻適量 白米120	豆芽菜25 虱目魚柳40 油蔥適量	大白菜25 魚羹35	干貝酥*1 地瓜25	青菜100	綠豆10				
4/28	一		肉醬刀削麵/煮	台式炸雞/炸	什錦火鍋/煮	焗烤地瓜/烤	青菜/炒	魚丸湯/煮	112	26	27	795
			絞肉適量 刀削麵120	雞肉40 杏鮑菇20	高麗菜30 黑輪10 米血30	地瓜40	青菜100	魚丸10 冬瓜10				
4/29	二		白飯/煮	糖醋豬排/煮	三杯雞/炒	豆芽冬粉/炒	青菜/炒	筍片大骨湯/煮	113	28	28	816
			白米120	豬排50	雞丁40 薑片九層塔1	冬粉20 豆芽10	青菜100	筍片10 大骨10				
4/30	三		小米飯/煮	香菇燉雞/煮	筍干燒肉/煮	玉米炒蛋/炒	青菜/炒	仙草蜜/煮	115	27	27	811
			小米 白米110	蘿蔔25 雞肉40	筍干25 肉片30	雞蛋30 玉米20	青菜100	仙草10				

嘉丞食品工廠#本公司一律使用國產臺灣豬肉，請安心食用