



# 八里國中午餐菜單 115年6月

※提醒：魚類已去刺加工，惟恐仍有殘留，食用時請小心魚刺，避免誤食。

供餐廠商：愛欣食品

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂類	水果	乳品	熱量	
6/1	一	藜麥飯	椒鹽雞翅	薑絲冬瓜	TAP蔬菜	鮮蔬豆腐湯◎	水果	5.8	2.5	1.8	4.0	1	0	879	
			雞翅<炸>	冬瓜<煮>		鮮蔬、豆腐									
6/2	二	糙米飯	筍干燒肉	彩繪雙花菜	有機蔬菜	青木瓜排骨湯	保久乳◎	5.5	2.5	1.8	2.9	0	1	898	
			筍干、豬肉<煮>	花椰菜、青花菜、紅蘿蔔<煮>		青木瓜、豬骨									
6/3	三	白玉蘿蔔炊飯	香酥魚丁◎	宜蘭西魯肉	TAP蔬菜	香菇雞湯	水果	5.8	2.5	1.8	4.0	1	0	879	
特餐			烏魚丁<炸>	白菜、木耳<煮>		香菇、骨腿丁									
6/4	四	蕎麥飯	香滷雞排	泡菜豆腐◎	TAP蔬菜	紅豆粉粿	豆奶◎	5.8	3.7	1.3	2.9	0	0	847	
			雞排<煮>	泡菜、豆腐<煮>		紅豆、粉粿									
6/5	五	小米飯	打拋肉◎	海帶芽炒蛋◎	TAP蔬菜	地瓜濃湯◎	水果	5.5	2.7	1.3	2.6	1	0	797	
			豬肉、番茄、豆干丁<煮>	雞蛋、海帶芽<炒>		地瓜、雞蛋									
6/8	一	燕麥飯	鹹酥雞	蝦香高麗菜★	TAP蔬菜	柴魚蘿蔔湯◎	水果	5.5	2.4	1.8	4.0	1	0	850	
			雞肉<炸>	高麗菜、豬肉、蝦米<煮>		柴魚、蘿蔔									
6/9	二	糙米飯	白醬燒肉◎	紅絲蒸蛋◎	有機蔬菜	愛玉湯	優酪乳◎	5.8	2.7	1.6	2.9	0	1	929	
			馬鈴薯、洋蔥、豬肉<煮>	紅蘿蔔、雞蛋<蒸>		愛玉									
6/10	三	玉米飯	五香雞腿	酥炸豆腐◎	TAP蔬菜	鮮菇筍片湯	水果	5.5	2.7	1.3	4.0	1	0	860	
			雞腿<煮>	油豆腐<炸>		筍片、鮮菇									
6/11	四	麥片飯◎	年糕燒肉	沙茶海茸	TAP蔬菜	豆腐蛋花湯◎	鮮乳◎	5.8	2.5	1.8	2.9	0	1	919	
			豬肉、年糕<煮>	海茸<煮>		豆腐、雞蛋									
6/12	五	地瓜飯	照燒雞翅	扁蒲燴黑輪◎	TAP蔬菜	金針排骨湯	水果	5.8	2.5	1.3	2.9	1	0	817	
			雞翅<煮>	扁蒲、黑輪<煮>		金針、龍骨丁									
6/15	一	紫米飯	椰香咖哩豬	家常滷味	TAP蔬菜	絲瓜金菇湯	水果	5.8	2.5	1.8	2.9	1	0	829	
			豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔<煮>	豬血糕、蘿蔔<煮>		絲瓜、金針菇									
6/16	二	糙米飯	蜜香雞排	奶油白菜	有機蔬菜	味噌湯	鮮乳◎	5.5	2.5	1.6	4.0	0	1	943	
			雞排<炸>	大白菜、香菇<煮>		豆腐、味噌									
6/17	三	胚芽飯	香菇肉燥◎	虎皮蛋◎	TAP蔬菜	蘿蔔糕湯	水果	5.8	2.7	1.3	4.0	1	0	881	
蔬食日			香菇、豬肉、豆干<煮>	雞蛋<炸>		蘿蔔糕、肉絲									
6/18	四	薏仁飯	海帶結燒雞	黃瓜鮮菇	TAP蔬菜	冬瓜珍珠	優格◎	5.8	2.4	1.6	2.9	0	1	907	
			海帶結、雞肉<煮>	大黃瓜、鮮菇<煮>		珍珠									
6/19	五	端午節放假													
6/22	一	白醬螺旋麵◎	醬燒大排	蛋黃芋丸X2◎	TAP蔬菜	玉米蛋花湯◎	水果	6.0	2.5	1.3	4.0	1	0	880	
特餐			帶骨大排<煮>	蛋黃芋丸<炸>		玉米、雞蛋									
6/23	二	糙米飯	三杯雞	螞蟻上樹	有機蔬菜	檸檬山粉圓	優酪乳◎	5.5	2.7	1.6	2.9	0	1	908	
			九層塔、雞肉<煮>	高麗菜、冬粉<煮>		檸檬汁、山粉圓									
6/24	三	芝麻飯◎	味噌豬肉◎	銀芽三蔬	TAP蔬菜	蘿蔔雞湯	水果	5.5	2.5	1.8	2.9	1	0	808	
			油豆腐、豬肉<煮>	豆芽菜、紅蘿蔔、海帶絲<煮>		蘿蔔、雞肉									
6/25	四	小米飯	義式香料雞	洋蔥炒蛋◎	TAP蔬菜	酸辣湯◎	鮮乳◎	5.8	2.7	1.6	2.9	0	1	929	
			馬鈴薯、洋蔥、雞肉<煮>	洋蔥、雞蛋<煮>		雞蛋、豆腐									
6/26	五	南瓜飯	蝦捲x3◎	番茄玉米干丁◎	TAP蔬菜	冬瓜薏仁湯	水果	5.5	2.7	1.3	4.0	1	0	860	
			蝦捲<炸>	番茄、干丁、玉米<煮>		冬瓜、薏仁									
6/29	一	五穀飯	腐乳豬	絲瓜豆腐◎	TAP蔬菜	白菜蛋花湯	水果	5.8	2.5	1.6	4.0	1	0	874	
			豬肉<炸>	絲瓜、豆腐<煮>		大白菜、雞蛋									
6/30	二	結業式不供餐													
主菜種類及供應頻率<次/月>			主菜食材特性分析<次/月>			加工食品<次/月>			其他分析<次/月>						
魚肉海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	魚、肉類	其他	油炸品	甜湯							
2次	9次	9次	18次	2次	1次	6次	9次	4次							

\* 本菜單之豆製品及玉米皆為非基改，肉品及雞蛋則使用三章一Q等國產品，未使用輻射污染食品，請安心食用。

\* 標示 ★ 者為含甲殼類及其製品，較不適合對其過敏體質者食用

\* 標示 ◎ 者為含芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及其製品，較不適合對其過敏體質者食用



生產過程的資材使用、收穫調製及包裝儲存等環節，均須經有機驗證機構稽核審查，符合有機驗證基準規定並通過驗證，才能貼標銷售。

透過訂定驗證基準，管理生產之原料、製程及成品之衛生安全與品質，符合來源清楚、品質優良之規定。

## 推動三章一Q 確保學校食材可追溯



溯源農糧產品追溯條碼圖樣及辨識：



010100001

01 01 000001

流水號(6碼)  
申請者類別代碼(2碼)  
直轄市、縣(市)代碼(2碼)



農產品生產、加工、分裝及流通過程，符合中央主管機關驗證基準，並經驗證機構驗證合格，具公開、可追溯之產製紀錄，確保品質及安全程序。

圖片來源：農業部