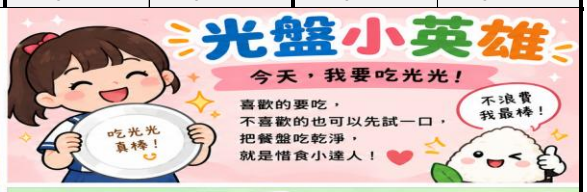
佳愛餐盒食品廠
goodlove · carefood

115年11月 廊子國中午餐菜單

全面使用非基改食材.每週提供有機蔬菜.使用台灣豬肉.★在地食材

11月2日 一	11月3日 二	11月4日 三	11月5日 四	11月6日 五
燕麥飯	小米藜麥飯	西式焗烤麵	香Q白飯	糙米飯
拌滷味	*轟炸雞腿	椒香豬柳條	香草烤雞排	咕咾魚丁
蕃茄炒蛋	泰式打拋豬	豬肉餡餅	花生海結滷蛋	咖哩肉片
季節青菜	有機青菜	季節青菜	季節青菜	季節青菜
玉米濃湯	榨菜肉絲湯	綠茶雙Q	★結頭排骨湯	玉穗雞湯
熱量kcal 776.7 醣類g 98.7	熱量kcal 779.0 醣類g 97.6	熱量kcal 784.8 醣類g 101.1	熱量kcal 768.0 醣類g 97.5	熱量kcal 779.2 醣類g 98.2
蛋白質g 31.2 脂質g 26.5	蛋白質g 31.3 脂質g 27.2	蛋白質g 31.2 脂質g 26.3	蛋白質g 31.1 脂質g 26.1	蛋白質g 31.1 脂質g 27.0
11月9日 一	**11月10日 二**	**11月11日 三**	**11月12日 四**	**11月13日 五**
五穀飯	燕麥飯	揚州炒飯	香Q白飯	糙米飯
鮮菇燒豆腐	洋芋燉肉	*卡拉雞排	★蘑菇肉片	腰果雞丁
金瓜滑蛋	洋蔥翅腿	蜜糖吐司	雙鮮花椰	回鍋肉干片
季節青菜	有機青菜	季節青菜	季節青菜	季節青菜
海苔雪花湯	魚羹條湯	好運彩頭湯	日式味噌湯	白絲紫菜湯
熱量kcal 779.7 醣類g 101.3	熱量kcal 768.5 醣類g 97.9	熱量kcal 786.8 醣類g 103.4	熱量kcal 771.5 醣類g 97.7	熱量kcal 768.6 醣類g 97.5
蛋白質g 31.5 脂質g 25.5	蛋白質g 31.1 脂質g 26.0	蛋白質g 32.0 脂質g 25.1	蛋白質g 31.0 脂質g 26.5	蛋白質g 31.2 脂質g 26.1
11月16日 一	**11月17日 二**	**11月18日 三**	**11月19日 四**	**11月20日 五**
五穀飯	地瓜飯	海鮮炒麵	香Q白飯	燕麥飯
香鬆蒸蛋	*黃金雞翅	京醬豬排	皇家蒜香奶油燉雞	紅燒肉
蜜汁海結干片	沙嗲肉片鍋	花生好事刈包	照燒魷魚丸	聰明鮪魚蛋
季節青菜	有機青菜	季節青菜	季節青菜	季節青菜
南瓜濃湯	海芽排骨湯	冬瓜波霸	什錦粉絲湯	★香菇雞湯
熱量kcal 780.3 醣類g 100.5	熱量kcal 775.2 醣類g 97.5	熱量kcal 772.9 醣類g 98.7	熱量kcal 772.1 醣類g 98.7	熱量kcal 774.7 醣類g 99.3
蛋白質g 31.4 脂質g 26.0	蛋白質g 31.0 脂質g 27.0	蛋白質g 30.8 脂質g 26.3	蛋白質g 31.2 脂質g 26.0	蛋白質g 31.2 脂質g 26.0
11月23日 一	**11月24日 二**	**11月25日 三**	**11月26日 四**	**11月27日 五**
薏仁飯	小米藜麥飯	日式照燒雞拌飯	香Q白飯	燕麥飯
巷口滷味	*鹽酥香香雞	韓式魚丁	蒜泥白肉	香滷雞腿
田園彩蔬炒蛋	肉燥魚丸	香濃芝麻包	肉末滷蛋	南洋咖哩
季節青菜	有機青菜	季節青菜	季節青菜	季節青菜
銀蘿玉穗湯	味噌野蔬湯	金針肉片湯	★冬瓜雞湯	紫菜蛋花湯
熱量kcal 771.7 醣類g 98.1	熱量kcal 771.0 醣類g 97.5	熱量kcal 801.4 醣類g 104.0	熱量kcal 767.0 醣類g 97.7	熱量kcal 767.2 醣類g 97.6
蛋白質g 31.3 脂質g 26.2	蛋白質g 31.0 脂質g 26.5	蛋白質g 31.9 脂質g 26.5	蛋白質g 31.0 脂質g 26.0	蛋白質g 31.0 脂質g 26.0
11月30日 一				
薏仁飯				
筍燒細腐				
大阪炒蛋				
季節青菜				
★藥膳湯				
熱量kcal 2.8 醣類g 771.0				
蛋白質g 26.5 脂質g 97.5				









過敏原資訊:本產品生產製程廠房設備有處理甲殼類、牛奶、芝麻、蛋、堅果類、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品，可能不 適合對其過敏體質者食用。

◆如飯菜量需調整，請洽佳愛服務人員◆