宮保王 Kung Pao Bowl 歡樂世界
Tel:02-26519947

114年10月午餐菜單 永吉國中

本店使用雞肉
原產地 臺灣

※提醒：餐點內有機率含有肉骨頭、魚刺，用餐時請小心食用，細嚼且慢嚥。魚經去刺加工處理，為避免有魚骨（刺）殘留，仍請指導學生小心魚骨（刺）。

地址：台北市南港路三段149巷49弄12號

行政院衛生署HACCP認證合格廠商　營養師：陳俞瑄(營養字第008067號)

日期	星期	主食	主菜 一	副菜 一	副菜 二	青菜	湯	附品	全穀雜糧類/份	豆魚蛋肉類/份	油脂與堅果種子類/份	蔬菜類/份	熱量/大卡
1	三	有機白米飯 有機白米	招牌燉肉 豬肉.筍-燉	甘藍雞絲 甘藍.雞肉.蔬菜-炒	關東煮 蘿蔔.油豆腐-煮	有機蔬菜	元氣雞湯 蔬菜.雞肉		7.4	2.5	2.6	2.0	873
2	四	白飯 白米	三杯雞 雞肉.米血糕-炒/ 冠霖	玉米炒蛋 雞蛋.玉米-炒	豆干海帶 豆干.海帶-滷	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	乳品	7.2	2.6	2.7	2.0	871
3	五	紅藜飯 白米.紅藜	蘑菇洋蔥豬 豬肉.洋蔥.蘑菇-燒	★▲鹹酥雞X3 雞肉-炸/ 卜蜂	鍋香白菜 白菜.胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	冬瓜排骨湯 冬瓜.豬肉		7.2	2.5	2.5	2.0	854
7	二	白飯 白米	咖哩雞 雞肉.馬鈴薯.胡蘿蔔-炒	蜜汁魚排X1 虱目魚-炸燒/ 全國漁會.冠霖	菇綴高麗 高麗菜.金菇.蔬菜-炒	綠色蔬菜	珍珠撞奶 珍珠.奶		7.0	2.5	2.5	2.0	840
8	三	有機白米飯 有機白米	豬肉小炒 豬肉.豆干-炒	Q彈年糕雞 雞肉.年糕.蔬菜-炒	蔬炒筍絲 筍絲.蔬菜-炒	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜.雞蛋		7.4	2.5	2.5	2.0	868
9	四	義大利麵 義大利麵-煮	★金黃炸雞翅X1 雞肉-炸/ 卜蜂	義式肉醬 豬絞肉.蔬菜-炒	胡蘿綠花椰 綠花椰菜.胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米.馬鈴薯.胡蘿蔔	水果	7.5	2.5	2.6	2.0	880
13	一	薏仁飯 白米.薏仁	★炸肉排X1 豬肉-炸/ 冠弘.冠霖	醇奶雞粒 雞絞肉.馬鈴薯.玉米-炒	蒜炒高麗 高麗菜.胡蘿蔔.木耳-炒	綠色蔬菜	甜白木耳露 白木耳	乳品	7.5	2.5	2.7	2.0	884
14	二	白飯 白米	塔香油腐雞 雞肉.油豆腐-炒	洋蔥肉末蛋 雞蛋.豬絞肉.洋蔥-炒	地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤/ 明權	綠色蔬菜	紅棗瘦肉湯 蘿蔔.豬肉.紅棗		7.0	2.5	2.5	2.0	840
15	三	有機白米飯 有機白米	翅小腿X2 翅腿-滷	糖醋炒豬 豬肉.蔬菜-炒	雙色干絲 豆干絲.海帶絲-炒	有機蔬菜	節令時瓜湯 時瓜.蔬菜		7.2	2.5	2.7	2.0	863
16	四	雞肉飯 白米.雞肉	回鍋醬香肉 豬肉.豆干.蔬菜-炒	▲雞塊X3 雞塊-烤/ 卜蜂	燴炒津白 白菜.木耳.胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	竹筍肉絲湯 竹筍.豬肉	水果	7.2	2.5	2.6	2.0	859
17	五	白飯 白米	花瓜燉雞 雞肉.時蔬-燉	肉燥燒腐 豆腐.豬絞肉-燒	田園玉米 玉米.胡蘿蔔.馬鈴薯-炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 馬鈴薯.豬肉		7.0	2.5	2.7	2.0	849
20	一	白飯 白米	菇菇嫩雞 雞肉.菇.蔬菜-燉	肉香四角丁 豆干丁.毛豆.豬絞肉-炒	紅絲炒蛋 雞蛋.胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	地瓜西谷米 地瓜.西谷米	乳品	7.5	2.5	2.5	2.0	875
21	二	白飯 白米	紅燒魚排X1 （生鮮水產） 烏魚-炸燒	南洋椰漿豚 豬肉.馬鈴薯.蔬菜-炒	木耳花椰 花椰.木耳-炒	綠色蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐.洋蔥.蔬菜	TAP 豆奶	7.3	2.5	2.7	2.0	870
22	三	有機白米飯 有機白米	墨西哥香料豬 豬肉.蔬菜-燉	金粒滑雞 雞肉.玉米-炒	什錦高麗 高麗菜.胡蘿蔔.木耳.蒜-炒	有機蔬菜	飄香肉片湯 蔬菜.豬肉		7.2	2.5	2.5	2.0	854
23	四	DIY麵 *搭配打拋肉* 麵-煮	★▲卡拉雞X1 雞肉-炸/ 卜蜂	打拋豬肉 豬肉.蔬菜-炒	鄉野炒筍 筍.木耳.胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	山藥玉米排骨湯 玉米.山藥.豬肉	水果	7.2	2.5	2.7	2.0	863
27	一	白飯 白米	★酥脆炸雞翅X1 雞肉-炸/ 卜蜂	肉燥滷蛋X1 豬絞肉.雞蛋-滷	彩蔬玉米 玉米.胡蘿蔔.馬鈴薯-炒	綠色蔬菜	麵線羹 麵線.筍	乳品	7.0	2.5	2.8	2.0	854
28	二	白飯 白米	筍香扣肉 豬肉.筍-燒	蒸蛋 雞蛋-蒸	津炒白菜 白菜.木耳.胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	香菇雞湯 香菇.馬鈴薯.雞肉		6.8	2.5	2.5	2.0	826
29	三	有機白米飯 有機白米	咖哩雞 雞肉.馬鈴薯.胡蘿蔔-炒	高麗肉絲 豬肉.高麗菜.蔬菜-炒	飄香滷味 海帶.豆干-滷	有機蔬菜	酸菜赤肉湯 蔬菜.酸菜.豬肉	乳品	7.0	2.5	2.6	2.0	845
30	四	韓式海苔飯 白米.紫米.海苔	泡菜肉片 豬肉.白菜-炒	▲麥香雞X1 雞肉-烤/ 卜蜂	腐皮匯菜 豆芽.蔬菜.腐皮-炒	有機蔬菜	紅豆甜粥 紅豆.穀物	水果	7.0	2.5	2.8	2.0	854
31	五	蕎麥飯 白米.蕎麥	清香燉雞 雞肉.時蔬-燉	甜條豬柳 豬肉.甜不辣-炒/ 冠霖	炒花椰菜 花椰菜-炒	有機蔬菜	昆布豆腐湯 豆腐.海帶片		6.8	2.5	2.5	2.0	826

◆全面使用非基改玉米及豆製品　※本菜單含有豆、蛋、奶、麩質、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮、芒果及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其他分析(次/月)	
						▲加工食品			
豆類及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	▲調理食品	魚、肉類	其他	★油炸品	甜湯
0次	1次	8次	11次	19次	1次	3次	2次	5次	5次