

# 食家安114年6月素食菜單

HACCP認證符合性名單A級認證 本公司已投保南山實業保險公司責任險  
營業部：萬心樓(營業部005415號)

萬華國中

| 序  | 主餐                      | 主副菜                   | 蔬菜                  | 湯品               | 附品   | 全素<br>雞塊<br>(80)    | 五香<br>豆腐<br>(80) | 素菜<br>(80) | 素菜<br>(80) | 水果<br>(80) | 點心<br>(80) |
|----|-------------------------|-----------------------|---------------------|------------------|------|---------------------|------------------|------------|------------|------------|------------|
| 2  | 胚芽飯<br>白米+胚芽米-蒸         | 白菜燜豆皮<br>白菜+豆皮-燒      | 大醬燒豆腐<br>豆腐+時蔬-煮    | 咖哩寬粉<br>寬粉+時蔬-煮  | 青菜   | 四神湯<br>馬鈴薯+薏仁+山藥-煮  | 6.3              | 2.5        | 1.8        | 3.0        | 809        |
| 3  | 小米飯<br>白米+小米-蒸          | 醬燒蘭花干<br>蘭花干+時蔬-滷     | 雪菜干丁<br>雪菜+干丁+時蔬-炒  | 香炒鮮瓜<br>瓜+時蔬-炒   | 青菜   | 菇菇湯<br>菇+時蔬-煮       | 6.5              | 2.5        | 1.7        | 3.0        | 890        |
| 4  | 有機飯<br>有機米-蒸            | 紅燒凍腐<br>凍豆腐+時蔬-燒      | 燉煮皇帝豆<br>皇帝豆+時蔬-煮   | 脆炒花椰<br>花椰菜+時蔬-炒 | 有機蔬菜 | 酸辣湯<br>豆腐+時蔬-煮      | 6.3              | 2.5        | 1.8        | 2.8        | 800        |
| 5  | 招牌油飯<br>糯米+素肉+時蔬-蒸      | 杏片油腐<br>杏片+油豆腐+時蔬-燒   | 什錦麵輪<br>麵輪+時蔬-煮     | 和風蘿蔔<br>蘿蔔+時蔬-煮  | 有機蔬菜 | 金針湯<br>金針菇+時蔬-煮     | 6.4              | 3.1        | 1.8        | 2.8        | 992        |
| 6  | 糙米飯<br>白米+糙米-蒸          | 竹筍炒豆干<br>豆干+素肉絲+時蔬-燒  | 甜醬素雞<br>素雞+時蔬-炒     | 翠綠四季<br>四季豆+時蔬-煮 | 有機蔬菜 | 薑絲海芽湯<br>海芽+薑-煮     | 6.3              | 2.5        | 1.7        | 2.8        | 797        |
| 9  | 燕麥飯<br>白米+燕麥-蒸          | 茄汁豆腸<br>豆腐+時蔬-煮       | 黑椒毛豆莢<br>毛豆莢-煮      | 香滷海根<br>海根+時蔬-滷  | 青菜   | 味噌湯<br>味噌+豆腐-煮      | 6.5              | 2.5        | 1.9        | 2.8        | 816        |
| 10 | 番茄義大利麵<br>麵+素絞肉+番茄+時蔬-煮 | 南瓜子什錦燒X1<br>南瓜子+什錦燒-燒 | 京醬麵腸<br>麵腸+薑片-煮     | 清香白菜<br>白菜+時蔬-燒  | 青菜   | 筍子湯<br>筍-煮          | 6.5              | 2.5        | 1.8        | 3.0        | 983        |
| 11 | 有機飯<br>有機米-蒸            | 糖醋雞丁<br>素雞+時蔬-炒       | 沙茶豆干<br>豆干+時蔬-煮     | 清炒高麗<br>高麗菜+時蔬-煮 | 有機蔬菜 | 蘿蔔湯<br>白蘿蔔+薑-煮      | 6.5              | 2.5        | 1.8        | 2.9        | 818        |
| 12 | 麥片飯<br>白米+麥片-蒸          | 家常豆腐<br>豆腐+時蔬-煮       | 泡菜炒素肚<br>素肚+泡菜+時蔬-炒 | 芝香芽菜<br>豆芽菜+時蔬-炒 | 有機蔬菜 | 羅宋湯<br>蕃茄+時蔬-煮      | 6.4              | 3.3        | 1.8        | 3.0        | 1016       |
| 13 | 薏仁飯<br>白米+洋薏仁-蒸         | 蒲燒烤麩<br>烤麩+時蔬-燒       | 黑豆南瓜<br>黑豆+南瓜-蒸     | 鮮蔬炒筍<br>筍+時蔬-炒   | 有機蔬菜 | 酸菜湯<br>酸菜+時蔬-煮      | 6.2              | 2.5        | 2.0        | 3.0        | 807        |
| 16 | 海苔香鬆飯<br>白米+香鬆-蒸        | 醬燒油腐X1<br>油豆腐-燒       | 香菇肉燥<br>豆干+素肉+香菇-煮  | 香炒高麗<br>高麗菜+時蔬-煮 | 青菜   | 大滷湯<br>豆腐+時蔬-煮      | 6.4              | 2.5        | 1.9        | 2.8        | 809        |
| 17 | 小米飯<br>白米+小米-蒸          | 打拋豆皮<br>豆皮+時蔬-煮       | ◎海苔燒X1<br>海苔燒-燒     | 彩繪鮮蔬<br>時蔬-煮     | 青菜   | 活力蔬菜湯<br>味噌+時蔬-煮    | 6.4              | 2.5        | 1.8        | 2.8        | 857        |
| 18 | 有機飯<br>有機米-蒸            | 酸菜豆腸<br>酸菜+豆腸+時蔬-煮    | 花生麵筋<br>花生+麵筋-煮     | 時令條豆<br>四季豆+時蔬-炒 | 有機蔬菜 | 蘿蔔湯<br>蘿蔔+冬菜-煮      | 6.3              | 2.5        | 1.7        | 2.8        | 797        |
| 19 | 五穀飯<br>白米+五穀米-蒸         | 番茄凍腐<br>凍豆腐+時蔬-燒      | 醬燒雙結<br>百頁結+時蔬-滷    | 鮮菇燴瓜<br>瓜+時蔬-煮   | 有機蔬菜 | 香菇蔬菜湯<br>香菇+時蔬+薑-煮  | 6.5              | 3.2        | 1.9        | 3.0        | 824        |
| 20 | 糙米飯<br>白米+糙米-蒸          | 醬爆豆干<br>豆干+時蔬-煮       | 香椿豆腐<br>豆腐+時蔬-煮     | 鮮炒花椰<br>花椰菜+時蔬-炒 | 有機蔬菜 | 鮮蔬湯<br>時蔬-煮         | 6.5              | 2.5        | 1.7        | 2.8        | 811        |
| 23 | 燕麥飯<br>白米+燕麥-蒸          | 腰果烤麩<br>腰果+烤麩+時蔬-煮    | 雙菇炒豆皮<br>豆皮+菇+時蔬-燒  | 日式蘿蔔<br>蘿蔔+時蔬-煮  | 青菜   | 豆腐味噌湯<br>味噌+豆腐+海芽-煮 | 6.5              | 2.5        | 1.7        | 2.8        | 811        |
| 24 | 紅藜飯<br>白米+紅藜米-蒸         | 鹹甘炒素雞<br>素雞+時蔬-炒      | 鮮蔬干絲<br>干絲+時蔬-煮     | 香甜玉米<br>玉米+時蔬-燒  | 青菜   | 時蔬湯<br>時蔬-煮         | 6.5              | 2.5        | 1.7        | 2.8        | 871        |
| 25 | 有機飯<br>有機米-蒸            | 香滷油腐<br>豆腐+時蔬-滷       | 咖哩麵腸<br>麵腸+時蔬-煮     | 田園炒菇<br>菇+時蔬-炒   | 有機蔬菜 | 榨菜湯<br>榨菜+時蔬-煮      | 6.4              | 3.2        | 2.0        | 2.8        | 864        |
| 26 | 麥片飯<br>白米+麥片-蒸          | 菇菇滷麵輪<br>麵輪+菇+時蔬-滷    | 客家小炒<br>豆干+時蔬-炒     | 爆炒高麗<br>高麗菜+時蔬-炒 | 有機蔬菜 | 義式蔬菜湯<br>時蔬-煮       | 6.5              | 3.0        | 1.9        | 3.0        | 842        |
| 27 | 台式炒麵<br>麵+時蔬+素肉絲-炒      | 洋芋燉豆腐<br>油豆腐+馬鈴薯+時蔬-燒 | 藜麥毛豆<br>毛豆+時蔬-煮     | 炒筍片<br>筍+時蔬-炒    | 有機蔬菜 | 昆布湯<br>海芽+薑-煮       | 6.5              | 2.5        | 1.7        | 2.8        | 811        |

未使用福射污染食品

本公司皆全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米，禁止使用基因改造食品，敬請安心食用

※本菜單含有花生、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

王子紅 5/14