



感謝您對榮興的支持
歡迎給予寶貴意見,謝謝您~



日期	星期	主食	主 菜	副 菜	青菜	湯 品	附餐	主 食	豆 魚 蛋 肉	蔬 菜	油 脂	熱 量
8/30	五	麥片飯	筍香東坡肉 <small>筍干、豬肉/煮</small>	脆皮豆腐 <small>非基改油豆腐、煮</small>	彩繪花椰菜 <small>花椰菜、木耳、紅蘿蔔/燒</small>	冬瓜雞丁湯 <small>冬瓜、雞丁</small>		6.4	2.7	2.1	2.7	825
9/2	一	香Q米飯	古早味滷肉 <small>非基改豆干、豬絞肉/煮</small>	客家燻筍 <small>筍干/煮</small>	布 丁 酥 + 雞 塊	紫菜蛋花湯 <small>紫菜、雞蛋</small>		6.4	2.8	2.2	2.8	839
9/3	二	燕麥飯	糖醋咕咾肉 <small>豬肉、白芝麻/煮</small>	日式蒸蛋 <small>雞蛋/蒸</small>	佛跳牆 <small>大白菜、木耳、紅蘿蔔/煮</small>	味噌豆腐湯 <small>非基改豆腐、柴魚片</small>		6.4	2.7	2.2	2.7	827
9/4	三	奶香焗烤飯	香酥棒棒腿	一串關東煮	鮮肉湯包	黑糖芋圓奶茶	Q蔬菜	6.5	2.7	2.2	2.8	839
9/5	四	香Q米飯	日式豬排 <small>豬排/油</small>	南洋咖哩雞 <small>馬鈴薯、紅蘿蔔、雞丁/煮</small>	銀芽炒肉絲 <small>豆芽菜、紅蘿蔔絲、肉絲/煮</small>	香菇雞湯 <small>香菇、雞丁</small>	有機蔬菜	6.4	2.7	2.1	2.7	825
9/6	五	茄汁義大利麵	蜜汁雞腿	眷村滷味 <small>非基改豆干、素肚、海帶結/油</small>	雞柳條 + 鍋貼 <small>雞柳條、鍋貼/蒸</small>	薑絲冬瓜湯 <small>冬瓜、薑絲</small>	有機蔬菜	6.4	2.8	2.2	2.8	839
9/9	一	芝麻高蓋飯	黃燜雞 <small>馬鈴薯、紅蘿蔔、雞丁/燒</small>	玉米焗烤蛋 <small>玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋/烤</small>	鮮筍肉片 <small>脆筍片、木耳、紅蘿蔔/煮</small>	巧達濃湯 <small>馬鈴薯、紅蘿蔔、玉米粒</small>	產履蔬菜	6.3	2.8	2.1	2.7	825
9/10	二	什穀米飯	鐵板肉柳 <small>洋葱、肉絲/煮</small>	螞蟻上樹 <small>高麗菜、紅蘿蔔、豬絞肉/煮</small>	起司章魚燒 <small>馬鈴薯、魷魚丸/烤</small>	肉骨茶湯 <small>白蘿蔔、雞丁</small>	有機蔬菜	6.4	2.7	2.2	2.6	823
9/11	三	培根義大利麵	卡拉雞排	五彩鮮瓜 <small>大黃瓜、木耳、紅蘿蔔/燒</small>	地瓜薯條	綠豆包心粉圓	Q蔬菜	6.5	2.7	2.2	2.7	834
9/12	四	小米蒸飯	糖醋魚柳 <small>洋葱、魚丁/燒</small>	蒙古烤肉片 <small>豆芽菜、肉片/炒</small>	麻婆豆腐 <small>非基改豆腐/燒</small>	芹香米粉湯 <small>芹菜、米粉</small>	有機蔬菜	6.3	2.7	2.2	2.7	820
9/13	五	肉絲炒飯	鹽酥雞 <small>雞丁/炸</small>	一品麻辣燙 <small>白蘿蔔、素肚、非基改豆干/油</small>	蜜汁甜不辣 + 貢丸	酸辣湯 <small>非基改豆腐、木耳、紅蘿蔔</small>	有機蔬菜	6.4	2.6	2.1	2.8	822
9/16	一	香Q米飯	黑胡椒豬排 <small>洋葱、豬排/燒</small>	蕃茄炒蛋 <small>番茄、雞蛋、非基改豆腐/煮</small>	焗烤洋芋	福菜肉片湯 <small>福菜、肉片</small>	產履蔬菜	6.5	2.7	2.2	2.7	834
9/17	二	中秋佳節放假一天										
9/18	三	青醬義大利麵	嫩汁棒棒腿	季豆甜不辣	蒜蓉豆腐 <small>蒜泥、非基改油豆腐/油</small>	紅豆烤奶	Q蔬菜	6.4	2.7	2.1	2.8	829
9/19	四	海苔香鬆飯	米蘭燉肉 <small>馬鈴薯、紅蘿蔔、豬肉/煮</small>	茶碗蒸 <small>雞蛋/蒸</small>	什錦豆包絲 <small>豆芽菜、紅蘿蔔、非基改豆包/燒</small>	海芽豆腐湯 <small>海帶芽、非基改豆腐</small>	有機蔬菜	6.5	2.7	2.2	2.7	834
9/20	五	客家油飯	韓式炸雞 <small>雞丁、紅蘿蔔/炸</small>	鮮蔬肉絲 <small>高麗菜、肉絲/炒</small>	燒 串 + 蝦仁排	酸菜肉絲湯 <small>酸菜、肉絲</small>	有機蔬菜	6.3	2.8	2.2	2.8	832
9/23	一	手拌芝麻飯	蒜泥白肉 <small>高麗菜、肉片/燒</small>	雞肉粉絲 <small>高麗菜、冬粉、雞肉/炒</small>	廣式蘿蔔糕	玉米濃湯 <small>玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯</small>	產履蔬菜	6.4	2.7	2.1	2.9	834
9/24	二	香Q米飯	碳烤雞排 <small>雞排/烤</small>	香甜瓜仔肉 <small>瓜仔、豬絞肉/燒</small>	茄汁滑蛋 <small>番茄、雞蛋、非基改豆腐/炒</small>	淡水魚丸湯 <small>白蘿蔔、魚丸</small>	產履蔬菜	6.5	2.7	2.1	2.7	832
9/25	三	焗烤麵	胖客炸雞腿	蜜汁豆干	芋泥包	綠豆薏仁湯	有機蔬菜	6.4	2.8	2.2	2.7	835
9/26	四	地瓜飯	咖哩豬排 <small>豬排/燒</small>	滑嫩蒸蛋 <small>雞蛋/蒸</small>	白菜麵筋燒 <small>大白菜、麵筋/燒</small>	鮮瓜肉絲湯 <small>大黃瓜、肉絲</small>	Q蔬菜	6.4	2.7	2.2	2.8	832
9/27	五	香蔥蛋炒飯	泰式椒麻雞 <small>洋葱、雞丁/燒</small>	花椰菜肉絲 <small>花椰菜、肉絲/炒</small>	水餃 + 地瓜薯條	白菜肉羹湯 <small>大白菜、肉羹</small>	有機蔬菜	6.4	2.8	2.2	2.8	839
9/30	一	香Q米飯	親子雞肉井 <small>洋葱、雞肉/燒</small>	蘿蔔麵輪 <small>白蘿蔔、麵筋/燒</small>	醬燒獅子頭 <small>獅子頭/燒</small>	竹筍肉片湯 <small>桂竹筍、肉片</small>	產履蔬菜	6.3	2.8	2.2	2.8	832

★本產品含有蛋、奶類、花生、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品為食品過敏原，不適合對過敏體質者食用。★三章一Q回饋產銷履歷豆奶：9/20。營養師：廖允柔

★全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。★本廠食材一律使用『國產肉品』，產地：台灣。★每週一供應產銷履歷蔬菜 ★每週二、四、五供應有機蔬菜。