

# 怡饗美食股份有限公司

中教大實小

依規定供餐日數達10天，於月底前供應豆奶乙次。 112年5月

5月1日(一)	5月2日(二)	5月3日(三)	5月4日(四)	5月5日(五)
<b>義大利麵</b>	<b>糙米飯</b>	<b>蕎麥飯</b>	<b>小麥飯</b>	<b>多穀飯</b>
<b>經典黃燜豬</b>	<b>△燒烤雞翅</b>	<b>◎椒鹽豬柳條</b>	<b>蔥油雞丁</b>	<b>義式風味炒蛋</b>
家常油燻	佛跳牆	沙茶鮮筍	肉燥豆腐	醬爆干丁
南瓜雜糧饅頭	<b>*咖哩洋芋</b>	黃瓜三鮮	雲耳高麗	鮮菇冬瓜
空心菜	青江菜	小白菜	油菜	◆黑葉白菜
<b>蘿蔔玉穗湯</b>	<b>日式和風湯</b>	<b>榨菜肉絲湯</b>	<b>海芽蛋花湯</b>	<b>綠豆小米湯</b>
熱量:682大卡 脂肪:22.8公克 蛋白質:28.4公克 醣類:090.9公克	熱量:666大卡 脂肪:21.5公克 蛋白質:26.8公克 醣類:091.2公克	熱量:646大卡 脂肪:21.8公克 蛋白質:26.6公克 醣類:086.0公克	熱量:641大卡 脂肪:22.4公克 蛋白質:26.2公克 醣類:083.7公克	熱量:769大卡 脂肪:22.7公克 蛋白質:29.3公克 醣類:111.8公克
5月8日(一)	5月9日(二)	5月10日(三)	5月11日(四)	5月12日(五)
<b>白飯</b>	<b>小米飯</b>	<b>紫米飯</b>	<b>招牌油飯</b>	<b>糙米飯</b>
<b>北平燒鴨</b>	<b>古早味大排</b>	<b>醃醃豬腳</b>	<b>◎塔香魚丁</b>	<b>洋蔥燴蛋</b>
大滷桶滷味	<b>*葫蘆燴三鮮</b>	鮮菇白菜	小瓜什錦	杏菇油燻
甜椒高麗	快炒干片	玉米三色	水晶肉圓	<b>*奶焗洋芋</b>
油菜	空心菜	青江菜	福山萵苣	◆蚵白菜
<b>麵線糊湯</b>	<b>竹筍雞湯</b>	<b>青木瓜排骨湯</b>	<b>大滷湯</b>	<b>玉米蛋花湯</b>
熱量:719大卡 脂肪:24.7公克 蛋白質:31.5公克 醣類:092.8公克	熱量:647大卡 脂肪:22.2公克 蛋白質:26.9公克 醣類:085.0公克	熱量:673大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:27.2公克 醣類:092.2公克	熱量:667大卡 脂肪:22.4公克 蛋白質:27.1公克 醣類:089.3公克	熱量:713大卡 脂肪:23.8公克 蛋白質:29.2公克 醣類:095.5公克
5月15日(一)	5月16日(二)	5月17日(三)	5月18日(四)	5月19日(五)
<b>白飯</b>	<b>麥片飯</b>	<b>糙米飯</b>	<b>家常炒麵</b>	<b>小麥飯</b>
<b>京醬肉絲</b>	<b>◎招牌鹽酥雞</b>	<b>咖哩豬</b>	<b>鐵路豬排</b>	<b>歐姆蛋</b>
家常冬粉	打拋干丁	黃瓜鮮繪	培根高麗	糖醋豆包
<b>*砂鍋燒白菜</b>	萵菇花椰	竹筍炒肉絲	馬拉糕	薑絲海根
青江菜	小白菜	油菜	福山萵苣	◆空心菜
<b>蘑菇濃湯</b>	<b>紅豆紫米湯</b>	<b>海結玉穗湯</b>	<b>香菇雞湯</b>	<b>味噌湯</b>
熱量:667大卡 脂肪:21.8公克 蛋白質:27.2公克 醣類:090.3公克	熱量:694大卡 脂肪:21.9公克 蛋白質:28.0公克 醣類:096.2公克	熱量:651大卡 脂肪:22.0公克 蛋白質:26.9公克 醣類:086.5公克	熱量:666大卡 脂肪:22.0公克 蛋白質:27.3公克 醣類:089.8公克	熱量:688大卡 脂肪:24.3公克 蛋白質:28.8公克 醣類:088.4公克
5月22日(一)	5月23日(二)	5月24日(三)	5月25日(四)	5月26日(五)
<b>香鬆拌飯</b>	<b>小米飯</b>	<b>麥片飯</b>	<b>糙米飯</b>	<b>紫米飯</b>
<b>台式花雕雞</b>	<b>砂鍋魚丁</b>	<b>麻香雞丁</b>	<b>醬燒里肌</b>	<b>豆漿蒸蛋</b>
肉燥油燻	泰式莎莎醬	筍香肉末	玉米燴豆腐	醬燒豆干
蘿蔔糕	<b>*什錦寬粉</b>	白玉鮮魷	白菜滷	義式洋芋通心麵
福山萵苣	青江菜	小白菜	油菜	◆小松菜
<b>大瓜排骨湯</b>	<b>排骨酥湯</b>	<b>刈薯雪花湯</b>	<b>肉骨茶湯</b>	<b>*酸辣湯</b>
熱量:677大卡 脂肪:23.0公克 蛋白質:28.5公克 醣類:089.1公克	熱量:675大卡 脂肪:21.8公克 蛋白質:27.4公克 醣類:092.2公克	熱量:654大卡 脂肪:22.4公克 蛋白質:26.7公克 醣類:086.5公克	熱量:689大卡 脂肪:23.1公克 蛋白質:28.7公克 醣類:091.6公克	熱量:693大卡 脂肪:23.5公克 蛋白質:28.8公克 醣類:091.8公克
5月29日(一)	5月30日(二)	5月31日(三)	6月1日(四)	6月2日(五)
<b>白飯</b>	<b>客家肉醬麵</b>	<b>蕎麥飯</b>		
<b>古早味滷肉</b>	<b>◎香酥雞排</b>	<b>泰式椰香雞丁</b>		
海結花生	麻婆豆腐	<b>*和風彩絲豆芽</b>		
<b>*黃金粒粒</b>	△夯蕃薯	鮮魷花椰		
油菜	空心菜	青江菜		
<b>蘿蔔排骨湯</b>	<b>酸菜白肉湯</b>	<b>玉米濃湯</b>		
熱量:641大卡 脂肪:21.5公克 蛋白質:26.1公克 醣類:085.8公克	熱量:644大卡 脂肪:22.1公克 蛋白質:26.5公克 醣類:084.9公克	熱量:665大卡 脂肪:21.8公克 蛋白質:27.1公克 醣類:090.1公克		

◎表炸物 △表烤物 ◆表有機 \*表在地食材 ; 怡饗用心, 您用餐安心! 使用台灣豬肉!