



士福美食

# 115年2月份菜單麗山高中



地址：臺北市內湖區新明路195號 服務電話：2742-8561 營養師：王雅萍（營養字4150號）

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜2	副菜3	湯品	全蛋類 使用量(份)	豆類 使用量(份)	蔬菜類 (份)	油類 (份)	熱量 kcal
23	一	香Q白飯	南洋咖哩豬 <small>豬肉 馬鈴薯 時蔬(煮)</small>	蜜汁燒雞 <small>油豆腐 雞肉 時蔬(焗)</small>	脆炒高麗 <small>高麗菜 時蔬(炒)</small>	青菜	白玉豚骨湯 <small>白蘿蔔 豬骨</small>	7	3	2	3	900
24	二	義大利麵 <small>雞條</small>	香烤雞排*1 <small>雞排(烤)</small>	義式白醬 <small>豬肉 時蔬(煮)</small>	蒜香豆段 <small>豆段 時蔬(炒)</small>	青菜	味噌湯 <small>海帶芽 豆腐</small>	7	3.1	2	3	908
25	三	香Q白飯	壽喜燒肉 <small>豬肉 時蔬(焗)</small>	白菜豆腐煲 <small>豆腐 大白菜 時蔬(煮)</small>	彩繪花椰 <small>花椰菜 時蔬(炒)</small>	青菜	玉米濃湯 <small>玉米粒 時蔬</small>	7	3	2	3	900
26	四	五穀飯	韓式辣味雞丁 <small>雞肉 時蔬 年糕(煮)</small>	鮮蔬炒蛋 <small>蛋 時蔬(炒)</small>	金菇炒瓜 <small>瓜 金針菇 時蔬(炒)</small>	青菜	紅豆湯 <small>紅豆</small>	7	3	2	3	900

27 五 和平紀念日補假一天

★因市場因素更換菜色,敬請見諒★本菜單採用非基改之玉米及豆製品★

★本菜單含有海鮮、花生、堅果、蛋、小麥、奶類及相關製品,不適合過敏體質食用★

★本公司皆使用國產豬肉★

★表示炸物

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
豆類 及其製品	魚肉 及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理 食品	加工食品		油炸品	甜湯
						魚肉類	其他		
0次	0次	2次	3次	5次	0次	0次	0次	0次	1次