

統鮮美食股份有限公司 113年12月份菜單 福星國民小學

日期	菜餚名稱	總食材(請複製R欄貼上值，用取代把"+"符號刪除)
12月2日	麥片飯	白米+麥片
星期一	腰果雞丁	帶皮胸丁+清肉丁+小黃瓜中丁+彩椒角+洋蔥角+腰果
	肉片冬瓜	冬瓜片+豬肉片+紅蘿蔔片+乾香菇絲
	有機蔬菜	有機蔬菜
	玉米蛋花湯	冷凍玉米粒+CAS洗選蛋
	水果	水果1份
12月3日	有機白米飯	有機白米
星期二	香菇肉燥	豬絞肉+非基改豆干小丁+洋蔥小丁+乾香菇絲
	鮮蔬高麗	高麗菜角6+彩椒角+木耳片
	有機蔬菜	有機蔬菜
	黑糖珍珠醇奶	粉圓+黑糖+奶粉
	水果	水果1份
12月4日	紫米飯	白米+紫米
星期三	泡菜雞丁	帶皮胸丁+清肉丁+大白菜角+紅蘿蔔絲+蔥原料+甜豆腐乳+大白菜絲+紅蘿蔔末+韭菜段+薑泥
	玉米炒蛋	CAS殺菌液蛋+冷凍玉米粒+洋蔥小丁
	時蔬	時蔬
	結菜大骨湯	結頭菜小丁+龍骨丁
	水果	水果1份
12月5日	胚芽飯	白米+胚芽
星期四	馬鈴薯燉肉	豬肉角+馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+冷凍毛豆仁
	韭香甜條	甜不辣條+洋蔥粗絲+木耳絲+韭菜段
	有機蔬菜	有機蔬菜
	白菜鮮蔬湯	大白菜角+香菇片+紅蘿蔔絲
	水果	水果1份
12月6日	肉絲蛋炒飯	白米+冷凍三色豆1+洋蔥小丁+豬肉絲+CAS洗選蛋
星期五	炸蝦捲*2	蝦捲2個
	什錦滷味	白蘿蔔中丁+非基改四分干+海帶結1+紅蘿蔔中丁
	時蔬	時蔬
	酸辣湯	非基改板豆腐絲+紅蘿蔔絲+木耳絲+金針菇B對切
	水果	水果1份

12月9日	紅藜飯	白米+紅藜麥
星期一	蔥爆肉柳	豬肉柳+洋蔥粗絲+紅蘿蔔絲+木耳絲+蔥段
	奶香玉米炒有機菇	黑蠔菇+冷凍玉米粒+冷凍毛豆仁+紅蘿蔔小丁+洋蔥小丁+豬絞肉
	有機蔬菜	有機蔬菜
	蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔小丁+丸片+芹菜珠
	水果	水果1份
12月10日	有機白米飯	有機白米
星期二	砂鍋魚丁	魚丁+大白菜角+紅蘿蔔片+角螺+木耳片+蔥段
	蒸蛋	CAS殺菌液蛋
	有機蔬菜	有機蔬菜
	薑絲海芽湯	海帶芽+洋蔥絲+薑絲+龍骨丁
	水果	水果1份
12月11日	蕎麥飯	白米+蕎麥
星期三	巴基斯坦肉醬	豬絞肉+馬鈴薯小丁+紅蘿蔔小丁+洋蔥小丁+蕃茄角+椰漿+咖哩粉
	照燒野菜百頁	非基改百頁中丁+冷凍青花菜+紅蘿蔔中丁
	時蔬	時蔬
	綠豆薏仁湯	綠豆1+洋薏仁
	水果	水果1份
12月12日	日式烏龍麵	烏龍麵+高麗菜絲+洋蔥絲+紅蘿蔔絲+豬肉絲+柴魚片
星期四	蜜汁翅小腿*2	翅小腿2隻
	培根洋芋	馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+碎培根+冷凍毛豆仁
	有機蔬菜	有機蔬菜
	柴魚黃芽湯	黃豆芽+鮑魚菇片+柴魚片
	水果	水果1份
12月13日	芝麻飯	白米+黑芝麻
星期五	普羅旺斯燉肉	豬肉角+南瓜中丁+洋蔥角+茄子段+冷凍毛豆仁
	泰式寬粉	寬冬粉1+綠豆芽+小黃瓜粗絲+紅蘿蔔絲+泰式甜雞醬+檸檬汁+魚露+檸檬葉+香茅+南薑片
	有機蔬菜	有機蔬菜
	青菜蛋花湯	小白菜段+CAS洗選蛋
	水果	水果1份

12月16日	刈包*1	刈包1個
星期一	冰糖豬排*1	豬排1塊
	三絲銀芽	綠豆芽+紅蘿蔔絲+韭菜段+乾香菇絲
	有機蔬菜	有機蔬菜
	肉羹麵線	紅麵線+木耳絲+肉羹+紅蘿蔔絲+高麗菜絲
	水果	水果1份
12月17日	有機白米飯	有機白米
星期二	咖哩雞	帶皮胸丁+清肉丁g+馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+洋蔥角
	芋香白菜	大白菜角+紅蘿蔔片+木耳片+芋頭粗絲
	有機蔬菜	有機蔬菜
	味噌湯	高麗菜粗絲+洋蔥絲+乾香菇絲0.+非基改味噌
	水果	水果1份
12月18日	胚芽飯	白米+胚芽
星期三	香酥魚丁*3	魚丁+地瓜大丁
	麻婆豆腐	非基改板豆腐小丁+洋蔥小丁+紅蘿蔔小丁+豬絞肉+蔥花
	時蔬	時蔬
	冬瓜大骨湯	冬瓜中丁+龍骨丁
	水果	水果1份
12月19日	麥片飯	白米+麥片
星期四	三杯雞	帶皮胸丁+清肉丁+杏鮑菇D大角+紅蘿蔔中丁+洋蔥角+九層塔去梗+蒜仁+老薑片
	馬鈴薯炒蛋	CAS殺菌液蛋+馬鈴薯小丁+洋蔥小丁+彩椒小丁
	有機蔬菜	有機蔬菜
	蕃茄蔬菜湯	蕃茄角+洋蔥角+龍骨丁
	水果	水果1份
12月20日	薏仁飯	白米+洋薏仁
星期五	照燒肉片	豬肉片+洋蔥角+金針菇B對切+彩椒角+白芝麻0.
	塔香海茸	海茸切+金針菇B對切+紅蘿蔔絲+薑絲+九層塔去梗
	時蔬	時蔬
	紅豆湯圓	紅豆1+紅白小湯圓
	水果	水果1份

12月23日	白米飯	白米
星期一	鐵板肉柳	豬肉柳+洋蔥粗絲+彩椒絲+蔥段
	鮮蔬麵疙瘩	大白菜角+麵疙瘩+紅蘿蔔片+乾香菇絲
	有機蔬菜	有機蔬菜
	蔬菜蛋花湯	金針菇B對切+紅蘿蔔絲+CAS洗選蛋
	水果	水果1份
12月24日	茄汁義大利麵	義大利麵1+冷凍三色豆1+蕃茄小丁+洋蔥小丁+豬絞肉+番茄醬
星期二	香滷雞翅*1	雞翅1隻
	焗烤奶香花椰	冷凍青花菜+冷凍白花菜+冷凍毛豆仁+起司絲
	有機蔬菜	有機蔬菜
	玉米濃湯	冷凍玉米粒+CAS洗選蛋+洋蔥小丁+紅蘿蔔末
	水果/小肉包	水果/小肉包1份
12月25日	紅藜飯	白米+紅藜麥
星期三	紅麴燉肉	豬肉角+馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+蔥段+紅麴醬
	客家小炒	非基改豆干片+魷魚條+紅蘿蔔片+洋蔥角+芹菜段
	時蔬	時蔬
	米粉湯	粗米粉+高麗菜絲+紅蘿蔔絲+芹菜珠0.+紅蔥頭0.
	水果	水果1份
12月26日	糙米飯	白米+糙米
星期四	玉米燒雞	帶皮胸丁+清肉丁+冷凍玉米粒+紅椒小丁+冷凍毛豆仁
	日式佃煮	白蘿蔔中丁+非基改油豆腐小丁+米血糕丁+紅蘿蔔中丁
	有機蔬菜	有機蔬菜
	芋圓甜湯	地瓜小丁+芋圓1
	水果	水果1份
12月27日	小米飯	白米+小米
星期五	味噌燒魚	魚丁+非基改板豆腐大丁+洋蔥角+紅蘿蔔片+木耳片+蔥花
	毛豆蒸蛋	CAS殺菌液蛋+冷凍毛豆仁
	有機蔬菜	有機蔬菜
	黃芽蕃茄湯	黃豆芽1+蕃茄角+龍骨丁
	水果	水果1份

12月30日	蘿蔔拌飯	白米+白蘿蔔絲+細肉絲+乾香菇絲+蝦皮
星期一	蔥燒腿排*1	雞腿排1隻+蔥段
	彩蔬魚羹	魚羹條+小黃瓜粗條+紅椒絲+木耳絲
	有機蔬菜	有機蔬菜
	珍菇海芽湯	金針菇B對切+海帶芽
	水果	水果1份
12月31日	有機白米飯	白米
星期二	麻油野菇肉片	豬肉片+大白菜角+杏鮑菇片+薑片
	丸片冬瓜	冬瓜大丁+紅蘿蔔片+貢丸片+木耳片
	有機蔬菜	有機蔬菜
	柴魚油腐湯	非基改油豆腐小丁+白蘿蔔小丁+柴魚片
	水果	水果1份