宮保王 Kung Pao Bowl 歡樂世界 Tel:02-26519947

112年8+9月菜單 麗山國中

本店使用豬肉 原產地 臺灣

※提醒：餐點內有機率會含有骨頭、魚刺，用餐時請小心食用，細嚼且慢嚥。

地址：台北市南港路三段149巷49弄12號　　行政院衛生署HACCP認證合格廠商　營養師：陳俞瑄(營養字第008067號)

日期	星期	主食	主菜 一	主菜二	副菜一	青菜	湯	附品	蛋白質/份	豆類魚肉/份	油脂/份	蔬菜/份	熱量/大卡
8/30	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	咖哩燉肉 豬肉.馬鈴薯.紅蘿蔔(燉)	★▲鹽酥雞*3(帶骨) 雞肉(炸)	什錦白菜 大白菜.木耳.胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜	鮮筍肉絲湯 鮮筍.蔬菜.豬肉(煮)	水果	6.5	2.7	3.0	2.0	843
8/31	四	香Q白飯 白米(蒸)	塔炒雞丁 雞肉.蔬菜.九層塔(炒)	沙茶肉絲 豬肉.洋蔥.蔬菜(炒)	玉米炒蛋 雞蛋.玉米(炒)	有機蔬菜	綠豆薏仁 綠豆.薏仁(煮)		6.8	2.7	2.5	2.0	841
1	五	薏仁飯 白米.薏仁(蒸)	蒜泥肉片 豬肉.蒜.高麗菜(炒)	糖醋雞 雞肉.蔬菜(炒)	家常粉絲 冬粉.蔬菜(炒)	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐.蔬菜.味噌(煮)		7.0	2.7	2.5	1.8	850
4	一	胚芽飯 白米.胚芽(蒸)	滷雞翅*1(帶骨) 雞肉(滷)	豬絞肉炸醬 豆干.豬絞肉.毛豆.蔬菜(炒)	木耳竹筍 竹筍.木耳.蔬菜(炒)	綠色蔬菜	白菜肉片湯 白菜.豬肉.蔬菜(煮)		6.5	2.6	2.7	2.0	822
5	二	香Q白飯 白米(蒸)	梅干燒豬 豬肉.筍.梅干菜(燒)	▲烤雞塊*3 雞肉(烤)	腐皮高麗菜 高麗菜.腐皮.胡蘿蔔.木耳(炒)	綠色蔬菜	南瓜濃湯 南瓜.馬鈴薯.蔬菜(煮)		6.8	2.5	2.7	2.0	835
6	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	壽喜燒肉片 豬肉.白菜.蔬菜(燒)	乾炒雞肉 雞肉.馬鈴薯.甜椒(炒)	干絲海帶 豆干絲.海帶.胡蘿蔔.芹菜(炒)	有機蔬菜	鮮瓜大骨湯 鮮瓜.豬肉.蔬菜(煮)	水果	6.5	2.6	2.4	2.2	813
7 義式	四	紅醬義大利麵 義大利麵.蔬菜(煮)	★炸魚排*1 (生鮮水產品) 魚排(炸)	田園雞茸 雞絞肉.毛豆.玉米(炒)	炒花椰菜 花椰菜.蔬菜(炒)	有機蔬菜	珍珠奶茶 珍珠.奶粉.茶包(煮)		7.0	2.6	2.7	2.0	857
8	五	香Q白飯 白米(蒸)	脆瓜燒雞 雞肉.脆瓜.蔬菜(燒)	京醬豬柳 豬肉.蔬菜(炒)	蔬燉白菜 大白菜.蔬菜(炒)	有機蔬菜	番茄洋芋湯 番茄.洋芋.蔬菜(煮)		6.5	2.8	2.4	2.0	823
11 韓式	一	小米飯 白米.小米(蒸)	泡菜肉片 豬肉.泡菜.蔬菜(炒)	雞柳黃芽 雞柳.黃豆芽.蔬菜(炒)	▲烤可樂餅*1 可樂餅(烤)	綠色蔬菜	昆布玉米湯 海帶片.玉米.蔬菜(煮)		7.0	2.5	2.6	2.0	845
12	二	香Q白飯 白米(蒸)	五香雞排*1 雞肉(滷)	肉燥滷蛋*1 豬肉末.雞蛋(滷)	胡蘿蔔高麗菜 高麗菜.胡蘿蔔.蔬菜(炒)	綠色蔬菜	紅豆紫米 紅豆.紫米(煮)		6.9	2.5	2.7	2.0	842
13	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	香料洋芋雞 雞肉.洋芋.蔬菜(燒)	豬肉小炒 豬肉.豆干.蔬菜(炒)	鍋燒白菜 白菜.蔬菜(燒)	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜.薑絲(煮)	水果	6.5	2.5	2.5	2.2	810
14	四	香鬆飯 白米.香鬆(煮)	醬滷豬肉 豬肉.蔬菜(滷)	▲和風肉串*1 雞肉串(燒)	清炒竹筍 竹筍.蔬菜(炒)	有機蔬菜	枸杞雞湯 蔬菜.雞肉.枸杞(煮)		6.7	2.6	2.5	2.0	827
15	五	香Q白飯 白米(蒸)	▲蒲燒魚*1 魚肉(蒸)	糖醋肉 豬肉.洋蔥.蔬菜(炒)	珍菇鮮瓜 鮮瓜.珍菇.蔬菜(炒)	有機蔬菜	時蔬肉絲湯 豬肉.蔬菜.金針(煮)		6.5	2.5	2.7	2.0	814
18	一	糙米飯 白米.糙米(蒸)	回鍋豆干肉片 豬肉.豆干.芹菜(炒)	洋蔥燒雞 雞肉.洋蔥.蔬菜(燒)	蒜炒高麗菜 高麗菜.蔬菜(炒)	綠色蔬菜	黑糖地瓜 地瓜.黑糖(煮)		6.8	2.5	2.5	2.1	829
19 日式	二	香Q白飯 白米(蒸)	咖哩雞 雞肉.馬鈴薯.胡蘿蔔(炒)	▲海苔粉花枝丸*2 花枝丸.海苔粉(燒)	芹菜海帶絲 海帶絲.芹菜.胡蘿蔔(炒)	綠色蔬菜	日式味噌湯 豆腐.蔬菜.味噌(煮)		6.8	2.5	2.5	2.0	826
20	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	甜醬玉米雞 雞肉.玉米.蔬菜(燒)	白菜肉絲 豬肉.白菜.蔬菜(炒)	蔬菜寬粉 寬粉.蔬菜(炒)	有機蔬菜	肉骨茶湯 馬鈴薯.蔬菜.枸杞.豬肉(煮)	水果	6.6	2.8	2.5	1.8	830
21	四	豆菜拌麵 麵條.豆芽菜(煮)	★▲炸海鮮排*1 海鮮排(炸)	干丁肉燥 豬絞肉.豆干.蔬菜(滷)	鮮菇筍片 筍片.鮮菇.胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜	黃瓜排骨湯 鮮瓜.豬肉.蔬菜(煮)		6.8	2.7	2.6	2.0	846
22	五	香Q白飯 白米(蒸)	里肌肉排*1 肉排(滷)	番茄豆腐炒蛋 豆腐.番茄.雞蛋(炒)	白菜滷 白菜.胡蘿蔔.木耳(滷)	有機蔬菜	芹菜蘿蔔湯 蘿蔔.芹菜.豬肉(煮)	TAP豆奶	6.5	2.5	2.7	2.0	814
23	六	小米飯 白米.小米(蒸)	照燒肉片 豬肉.洋蔥.蔬菜(燒)	菇菇燉雞 雞肉.鮮菇.蔬菜(燉)	綜合滷味 海帶.豆干(滷)	綠色蔬菜	番茄高麗菜湯 番茄.高麗菜(煮)		6.6	2.6	2.5	2.0	820
25	一	香Q白飯 白米(蒸)	沙嗲豬柳 豬肉.洋蔥(炒)	照燒翅腿*1(帶骨) 翅腿(燒)	毛豆玉米 玉米.毛豆.蔬菜(炒)	綠色蔬菜	蔬菜豆腐湯 豆腐.蔬菜(煮)		6.6	2.6	2.5	2.0	820
26 南洋	二	香Q白飯 白米(蒸)	★▲麥香雞*1 雞肉(炸)	打拋豬肉 豬肉.洋蔥.番茄.九層塔(炒)	木耳白菜 大白菜.木耳.蔬菜(炒)	綠色蔬菜	竹筍肉絲湯 竹筍.蔬菜.肉絲(煮)		6.5	2.6	2.7	2.0	822
27	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	白醬南瓜雞 雞肉.南瓜.玉米(燉)	肉燥蒸蛋 豬肉.雞蛋(蒸)	彩蔬菜豆 菜豆.彩椒(炒)	有機蔬菜	馬鈴薯雞湯 馬鈴薯.蔬菜.雞肉(煮)	水果	6.8	2.7	2.5	2.2	846
28	四	和風炒飯 白米.蔬菜(炒)	醬炒豚片 豬肉.蔬菜(炒)	▲地瓜燒魚 魚肉.地瓜(炸-燒)	芝麻海帶 海帶.蔬菜.芝麻(炒)	有機蔬菜	綜合豆仙草 仙草.綜合豆(煮)		6.8	2.5	2.7	2.0	835

※ 備註：本菜單含有蛋、奶、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。 全面採用優良認證食材，使用非基改玉米及豆製品，若想了解更詳細的資料歡迎至食材登錄平台查看。

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其他分析(次/月)	
						▲加工食品			
豆類及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	▲調理食品	魚肉類	其他	★油炸品	✔甜湯
0次	3次	11次	9次	20次	3次	5次	1次	4次	5次