



統鮮美食股份有限公司 114 年 04 月份素菜單 雙永群組

日期	星期	餐別	主食	主菜	副菜一	副菜二	青菜	湯	水果
4/1	二	特 	清炒螺旋麵	(炒)小瓜炒蛋	(煮)黑胡椒素排*1	(炸)★地瓜薯條	有機油江菜	金秋濃湯	水果
4/2	三		芝麻飯	(炒)山藥炒蛋	(燉)蕃茄豆包	(炒)紅絲干片	油麥菜	米粉湯	水果
4/3	四	兒童節及清明節連假							
4/4	五								
4/7	一	特 	白米飯	(滷)滷蛋*1	(煮)香菇素肉燥	(炒)鮮蔬蘿蔔糕	有機小松菜	蘿蔔湯	水果
4/8	二	蔬 	糙米飯	(炒)玉米炒蛋	(炒)三杯杏鮑菇	(煮)黃瓜油片絲	有機小白菜	紅豆紫米甜湯	水果
4/9	三		麥片飯	(炒)菜脯蛋	(燉)梅干油腐	(炒)家常白菜	青江菜	蕃茄黃芽湯	水果
4/10	四		燕麥飯	(炒)洋芋炒蛋	(滷)蜜汁豆包*1	(煮)起司花椰	有機高麗菜	青菜蛋花湯	水果
4/11	五		五穀飯	(炒)絲瓜炒蛋	(煮)豆瓣燒豆腐	(拌)塔香海茸	油菜	白菜羹湯	水果
4/14	一		小米飯	(炒)毛豆炒蛋	(炒)蠔油素雞片	(炒)鐵板豆芽	有機黑葉白菜	香菇竹筍湯	水果
4/15	二		蕎麥飯	(炒)金瓜炒蛋	(炸)★香酥素花枝排*1	(炒)鮮菇扁蒲	有機青松菜	枸杞冬瓜湯	水果
4/16	三		紫米飯	(炒)鮮筍炒蛋	(燉)匈牙利燉豆包	(拌)蔬菜寬粉	油麥菜	玉米海帶湯	水果
4/17	四	特 	雜炊飯	(炒)蕃茄炒蛋	(煮)日式咖哩油腐	(拌)胡麻四季	有機荷葉白菜	味噌豆腐湯	水果
4/18	五		薏仁飯	(炒)玉米炒蛋	(煮)蔬食親子丼	(炒)回鍋干片	鵝白菜	海芽針菇湯	水果
4/21	一	蔬 	紅藜麥飯	(煮)虎皮蛋*1	(煮)豆瓣鮮菇	(炒)香炒花椰	有機高麗菜	冬瓜雙Q	水果
4/22	二		胚芽飯	(炒)蘿蔔糕炒蛋	(滷)香滷油腐*1	(拌)干絲豆芽	有機蘿蔓萵苣	海芽蛋花湯	水果
4/23	三		麥片飯	(炒)金菇炒蛋	(拌)鹽水黑干	(煮)麻婆豆腐	芥藍菜	山藥湯	水果
4/24	四		五穀飯	(蒸)三絲蒸蛋	(煮)香檸豆包	(炒)塔香紫茄	有機小白菜	黃瓜菇菇湯	水果
4/25	五	特 	薑黃飯	(炒)毛豆炒蛋	(煮)沙嗲凍腐	(炒)檳城炒粿條	青江菜	素肉骨茶湯	水果
4/28	一		小米飯	(炒)豆薯炒蛋	(炸)★日式豆腸	(燴)黃瓜素丸	有機高麗菜	蕃茄豆腐湯	水果
4/29	二		紫米飯	(炒)土豆炒蛋	(滷)蜜汁油腐*1	(煮)絲瓜粉絲煲	有機油江菜	玉米蘿蔔湯	水果
4/30	三		糙米飯	(炒)玉米炒蛋	(煮)磨菇醬麵腸	(炒)蛋酥高麗菜	白莧菜	金針鮮菇湯	水果