

統鮮美食股份有限公司 114年04月份菜單 雙永群組

#REF! #REF!	#REF!	4/1 蒜香螺旋麵	(週二) 螺旋麵	130 g	4/2 黑芝麻飯	(週三) 白米	80 g	4/3 (週四)	4/4 (週五)
			絞肉	8 g		黑芝麻	2 g		
			冷凍三色豆	12 g					
			香菇原料	10 g					
			蒜粗						
#REF!		(燉)紅燴棒腿*1	台灣棒5	1 隻	(燉)蕃茄燉魚	CAS冷凍水鯊丁	80 g		
			蕃茄小丁	10 g		蕃茄角	10 g		
			洋蔥小丁	10 g		冷凍毛豆仁	3 g		
			蕃茄糊			高麗菜角	30 g		
			義大利香料						
#REF!		(炸)★地瓜薯條	地瓜薯條	55 g	(炒)客家小炒	非基改中豆干片	45 g		
						紅蘿蔔絲	10 g		
						芹菜段	2 g		
						細肉絲	5 g		
						乾魷魚	2 g		
#REF!		有機油江菜	有機時蔬	80 g	油麥菜	時蔬	80 g		
#REF!		金秋濃湯	南瓜小丁	10 g	米粉湯	粗米粉	15 g		
			杏鮑菇	15 g		高麗菜粗絲	20 g		
			洋蔥小丁	8 g		乾香菇絲	1 g		
			奶粉	5 g		龍骨丁	7 g		
						紅蔥頭片			
#REF!		水果	水果	1 份	水果	水果	1 份		

4/7 白米飯	(週一) 白米	80	g	4/8 糙米飯	(週二) 有機白米 糙米	70 10	g g	4/9 麥片飯	(週三) 白米 麥片	70 10	g g	4/10 燕麥飯	(週四) 白米 燕麥	70 10	g g	4/11 五穀飯	(週五) 白米 五穀米	70 10	g g
(煮)香菇肉燥	絞肉 香菇原料 非基改豆干小丁 蔥花	65 15 20 1	g g g g	(炒)玉米炒蛋	CAS殺菌液蛋 冷凍玉米粒 豆薯小丁	55 10 10	g g g	(燉)梅干肉角	肉角 豬腳丁 筍干 梅干菜	65 15 30 5	g g g g	(煮)五香滷味排中(長安豆腐)(碎)蛋汁(甜麵)及雙冬	台灣排5 翅小腿 白芝麻	1 2 1	個 隻 g	(煮)豆瓣燒魚	烏魚丁 非基改板豆腐小丁 大白菜角 蔥花	60 20 20 1	g g g g
(炒)鮮蔬蘿蔔糕	高麗菜片 素蘿蔔糕 木耳片 紅蘿蔔片	35 25 6 5	g g g g	(炒)三杯杏鮑菇	杏鮑菇 非基改四分干 紅蘿蔔中丁 九層塔去梗	45 40 8 2	g g g g	(炒)開陽白菜	大白菜角 木耳 紅蘿蔔片 蝦米	60 6 8 1	g g g g	(煮)起司花椰	南瓜中丁 冷凍青花菜 冷凍毛豆仁 秀珍菇	30 35 3 8	g g g g	(拌)塔香雞絲海茸	海茸切 雞肉絲 金針菇 九層塔去梗	35 6 10 2	g g g g
有機小松菜	有機時蔬	80	g	有機小白菜	有機時蔬	80	g	青江菜	時蔬	80	g	有機高麗菜	有機時蔬	80	g	油菜	時蔬	80	g
蘿蔔排骨湯	白蘿蔔小丁 龍骨丁	30 7	g g	紅豆紫米甜湯	紅豆 紫米	10 8	g g	蕃茄黃芽湯	蕃茄角 黃豆芽 龍骨丁	10 15 7	g g g	青菜蛋花湯	小白菜段 CAS洗選蛋 雞骨	25 8 12	g g g	肉羹湯	大白菜絲 筍絲 肉羹 紅蘿蔔絲	20 10 10 5	g g g g
水果	水果	1	份	水果	水果	1	份	水果	水果	1	份	水果	水果	1	份	水果	水果	1	份

4/14 小米飯	(週一) 白米 小米	70 g 10 g	4/15 蕎麥飯	(週二) 有機白米 蕎麥	70 g 10 g	4/16 紫米飯	(週三) 白米 紫米	70 g 10 g	4/17 雜炊飯	(週四) 白米 鴻喜菇 紅蘿蔔絲 高麗菜絲	80 g 6 g 8 g 10 g	4/18 薏仁飯	(週五) 白米 洋薏仁	70 g 10 g
(炒)蔥爆肉片	肉片 洋蔥角 紅蘿蔔片 蔥段	70 g 15 g 8 g 2 g	(炸)★香酥魚排*1	旗魚排	75 g	(燉)匈牙利燉雞	帶皮胸丁 杏鮑菇 洋蔥角 匈牙利紅椒粉	70 g 10 g 10 g	(煮)日式咖哩豬	肉角 馬鈴薯中丁 紅蘿蔔中丁 洋蔥角	70 g 20 g 10 g 15 g	(煮)親子丼	帶皮胸丁 洋蔥角 CAS洗選蛋 香菇原料 蔥花	70 g 15 g 8 g 5 g 1 g
(炒)鐵板豆芽	綠豆芽 木耳原料 非基改炸豆包絲 韭菜段	55 g 8 g 6 g 2 g	(炒)肉絲扁蒲	扁蒲切條 細肉絲 紅蘿蔔絲	65 g 8 g 10 g	(拌)蔬菜寬粉	青菜段 木耳原料 紅蘿蔔絲 寬冬粉 黃豆芽	22 g 10 g 8 g 8 g 15 g	(拌)胡麻四季	冷凍四季豆 木耳原料 腰果 胡麻醬	50 g 8 g 1 g	(炒)回鍋干片	高麗菜片 非基改豆干片 紅蘿蔔片	35 g 25 g 10 g
有機黑葉白菜	有機時蔬	80 g	有機青松菜	有機時蔬	80 g	油麥菜	時蔬	80 g	有機荷葉白菜	有機時蔬	80 g	鵝白菜	時蔬	80 g
香菇竹筍湯	筍片 香菇原料 雞骨	20 g 5 g 10 g	枸杞冬瓜湯	冬瓜小丁 龍骨丁 枸杞	30 g 7 g 0.5 g	玉米海帶湯	冷凍玉米粒 海帶片 龍骨丁	10 g 5 g 7 g	味噌豆腐湯	非基改板豆腐小丁 洋蔥角 小魚干 非基改味噌	20 g 5 g 2 g	海芽針菇湯	金針菇 海帶芽 龍骨丁	10 g 2 g 7 g
水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份

4/21 紅藜麥飯	(週一) 白米 紅藜麥	80 g 2 g	4/22 胚芽飯	(週二) 有機白米 胚芽米	70 g 10 g	4/23 麥片飯	(週三) 白米 麥片	70 g 10 g	4/24 五穀飯	(週四) 白米 五穀米	70 g 10 g	4/25 薑黃飯	(週五) 白米 薑黃粉	70 g
(煮)虎皮蛋*1	CAS水煮蛋 小黃瓜片	55 g 15 g	(煮)香草豬排*1	大排75g 普羅旺斯香料	75 g	(拌)鹽水雞	帶皮胸丁 冷凍四季豆 木耳原料 玉米筍 冷凍青花菜	70 g 15 g 8 g 5 g 17 g	(煮)蒜香檸檬魚丁	CAS冷凍水鯊丁 馬鈴薯中厚片 洋蔥角 蒜末 檸檬汁	80 g 10 g 15 g	(煮)沙嗲豬	肉角 馬鈴薯中丁 彩椒角 蒜粗 咖哩粉 沙茶醬	70 g 20 g 3 g
(煮)豆瓣鮮菇	非基改油豆腐小丁 小小香菇 冷凍毛豆仁 紅蘿蔔小丁 玉米筍 南瓜子	45 g 35 g 10 g 15 g 5 g 1 g	(拌)雞絲豆芽	綠豆芽 木耳絲 紅蘿蔔絲 雞肉絲	55 g 6 g 10 g 10 g	(煮)麻婆豆腐	非基改板豆腐小丁 絞肉 杏鮑菇D原料 蔥花	45 g 8 g 20 g 1 g	(蒸)三絲蒸蛋	CAS殺菌液蛋 紅蘿蔔絲 木耳絲 魚板絲	45 g 10 g 6 g 8 g	(炒)檳城炒粿條	粿仔條 綠豆芽 細肉絲 紅蘿蔔絲 韭菜原料	20 g 25 g 8 g 8 g 2 g
有機高麗菜	有機時蔬	80 g	有機蘿蔓萵苣	有機時蔬	80 g	芥藍菜	時蔬	80 g	有機小白菜	有機時蔬	80 g	青江菜	時蔬	80 g
冬瓜雙Q	芋圓 地瓜圓 冬瓜磚	10 g 10 g	海芽蛋花湯	海帶芽 CAS洗選蛋 小魚干	2 g 8 g 2 g	山藥排骨湯	山藥小丁 龍骨丁	25 g 7 g	黃瓜菇菇湯	大黃瓜片 秀珍菇 龍骨丁	30 g 8 g 7 g	肉骨茶湯	高麗菜角 杏鮑菇 龍骨丁 枸杞 肉骨茶包	30 g 5 g 7 g 0.1 g
水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份

4/28 小米飯	(週一) 白米 小米	70 g 10 g	4/29 紫米飯	(週二) 有機白米 紫米	70 g 10 g	4/30 糙米飯	(週三) 白米 糙米	70 g 10 g	#REF! #REF!	#REF!	#REF! #REF!	#REF!
(炸)★日式魚丁	CAS冷凍水鯊丁 地瓜中丁 白胡椒粉 起司粉	80 g 20 g	(煮)絲瓜粉絲煲	絲瓜1/4圓片 非基改板豆腐小丁 金針菇B原料 CAS殺菌液蛋 冬粉	40 g 8 g 8 g 6 g 6 g	(煮)蘑菇醬肉柳	肉柳 洋蔥粗絲 金針菇 蔥段 蘑菇醬	65 g 30 g 10 g 1.5 g	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
(燴)黃瓜丸片	大黃瓜片 紅蘿蔔片 原味貢丸25g 木耳片	60 g 8 g 8 g 6 g	(煮)絲瓜粉絲煲	絲瓜1/4圓片 非基改板豆腐小丁 金針菇B原料 CAS殺菌液蛋 冬粉	40 g 8 g 8 g 6 g 6 g	(炒)蛋酥高麗菜	高麗菜片 紅蘿蔔片 CAS洗選蛋	62 g 5 g 8 g	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
有機高麗菜	有機時蔬	80 g	有機油江菜	有機時蔬	80 g	白莧菜	時蔬	80 g	#REF!	有機時蔬	80 g	#REF! 時蔬 80 g
蕃茄豆腐湯	蕃茄小丁 非基改板豆腐小丁 龍骨丁	15 g 12 g 7 g	玉米蘿蔔湯	冷凍玉米粒 白蘿蔔小丁 龍骨丁	10 g 20 g 7 g	金針雞湯	乾金針 杏鮑菇 帶皮胸丁	2 g 15 g 10 g	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!
水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	#REF!	1 份	#REF!	1 份