

統鮮美食股份有限公司 114年04月份菜單 雙永群組

#REF!	#REF!	4/1 蒜香螺旋麵 螺旋麵 絞肉 冷凍三色豆 香菇原料 蒜粗	(週二) 130 g	4/2 黑芝麻飯 白米 黑芝麻	(週三) 80 g	4/3 (週四)	4/4 (週五)
#REF!	(燉)紅燴棒腿*1	台灣棒5 蕃茄小丁 洋蔥小丁 蕃茄糊 義大利香料	1 隻 10 g 10 g	(燉)蕃茄燉魚 CAS冷凍水鯊丁 蕃茄角 冷凍毛豆仁 高麗菜角	80 g 10 g 3 g 30 g		
#REF!	(炸)★地瓜薯條	地瓜薯條	55 g	(炒)客家小炒 非基改中豆干片 紅蘿蔔絲 芹菜段 細肉絲 乾魷魚	45 g 10 g 2 g 5 g 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 杏鮑菇 洋蔥小丁 奶粉	10 g 15 g 8 g 5 g	米粉湯 粗米粉 高麗菜粗絲 乾香菇絲 龍骨丁 紅蔥頭片	15 g 20 g 1 g 7 g		
#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 g 10 g	4/9 麥片飯	(週三) 白米 麥片	70 g 10 g	4/10 燕麥飯	(週四) 白米 燕麥	70 g 10 g	4/11 五穀飯	(週五) 白米 五穀米	70 g 10 g
(煮)香菇肉燥 香菇原料 非基改豆干小丁 蔥花	絞肉 15 g 20 g 1 g	65 g	(炒)玉米炒蛋 CAS殺菌液蛋 冷凍玉米粒 豆薯小丁	55 g 10 g 10 g	55 g	(燉)梅干肉角 肉角 豬腳丁 筍干 梅干菜	65 g 15 g 30 g 5 g	65 g	(油)五香滷圓排(長安(台灣)(香港)汁醬)(3隻)	台灣排5 翅小腿 白芝麻	1 個 2 隻 1 g	(煮)豆瓣燒魚 烏魚丁 非基改板豆腐小丁 大白菜角 蔥花	60 g 20 g 20 g 1 g	60 g
(炒)鮮蔬蘿蔔糕 素蘿蔔糕 木耳片 紅蘿蔔片	高麗菜片 25 g 6 g 5 g	35 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 g 40 g 8 g 2 g	45 g	(炒)開陽白菜 大白菜角 木耳 紅蘿蔔片 蝦米	60 g 6 g 8 g 1 g	60 g	(煮)起司花椰 南瓜中丁 冷凍青花菜 冷凍毛豆仁 秀珍菇	30 g 35 g 3 g 8 g	30 g	(拌)塔香雞絲海草 海草切 雞肉絲 金針菇 九層塔去梗	35 g 6 g 10 g 2 g	35 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 g 7 g	紅豆紫米甜湯	紅豆 紫米	10 g 8 g	蕃茄黃芽湯	蕃茄角 黃豆芽 龍骨丁	10 g 15 g 7 g	青菜蛋花湯	小白菜段 CAS洗選蛋 雞骨	25 g 8 g 12 g	肉羹湯	大白菜絲 筍絲 肉羹 紅蘿蔔絲	20 g 10 g 10 g 5 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	青江菜段 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	有機蘿蔓萐苣	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冷凍水煮丁 地瓜中丁 白胡椒粉 起司粉	CAS冷凍水煮丁 地瓜中丁 白胡椒粉 起司粉	80 g 20 g	(蒸)五香滷肉丁 翅小腿 白芝麻	台灣排5 翅小腿 白芝麻	1 個 2 隻 1 g	(煮)蘑菇醬肉柳 洋蔥粗絲 金針菇 蔥段 蘑菇醬	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!	
(燴)黃瓜丸片 大黃瓜片 紅蘿蔔片 原味貢丸25g 木耳片	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 非基改板豆腐小丁 金針菇B原料 CAS殺菌液蛋 冬粉	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	高麗菜片 紅蘿蔔片 CAS洗選蛋	62 g 5 g 8 g	#REF!	#REF!	
有機高麗菜 有機時蔬	有機時蔬	80 g	有機油江菜 有機時蔬	有機時蔬	80 g	白莧菜 時蔬	時蔬	80 g	#REF!	有機時蔬 80 g	#REF!
蕃茄豆腐湯 蕃茄小丁 非基改板豆腐小丁 龍骨丁	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	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	乾金針 杏鮑菇 帶皮胸丁	2 g 15 g 10 g	#REF!	#REF!	
水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	水果	水果	1 份	#REF!	1 份	#REF!