

統鮮美食股份有限公司 114年06月份菜單 雙永群組

| | | | | | | | | | | | | | | |
|------------|---------------------------------------|------------------------------------|------------|--|------------------------------------|------------|--|------------------------------------|------------|--------------------|--------------------|-------------|---|---|
| 6/2 白米飯 | (週一) 白米 | 80 g | 6/3 糙米飯 | (週二) 有機白米 糙米 | 70 g 10 g | 6/4 麥片飯 | (週三) 白米 麥片 | 70 g 10 g | 6/5 胚芽飯 | (週四) 白米 胚芽米 | 70 g 10 g | 6/6 上海菜飯 | (週五) 白米 青江菜段 洋蔥小丁 絞肉 | 80 g 20 g 10 g 8 g |
| (炒)葱香菜脯蛋 | CAS殺菌液蛋 碎脯 蔥花 筍小丁 | 55 g 8 g 1 g 15 g | (煮)沖繩塔可肉 | 絞肉 洋蔥小丁 蕃茄小丁 起士絲 香菜原料 檸檬汁 | 70 g 20 g 20 g 2 g 2 g | (煮)巴斯克燉雞 | 帶皮胸丁 洋蔥角 紅椒角 青椒角 紅椒粉 百里香粉 | 70 g 15 g 5 g 5 g 5 g | (炸)★香酥魚排*1 | 虱目魚排 | 75 g | (煮)貴妃燒雞 | 帶皮胸丁 洋蔥角 彩椒角 小黃瓜滾刀 | 65 g 20 g 5 g 10 g |
| (煮)飄香滷味 | 白蘿蔔中丁 紅蘿蔔中丁 玉米筍 油豆腐小丁 海帶結 | 30 g 8 g 7 g 35 g 15 g | (炒)蒜味洋芋 | 馬鈴薯粗絲 紅蘿蔔粗絲 木耳原料 金針菇 蒜粗 | 45 g 15 g 8 g 10 g | (炒)五彩炒丁 | 冷凍玉米粒 小黃瓜小丁 非基改豆干小丁 香菇原料 火腿丁 腰果 | 25 g 15 g 10 g 6 g 8 g | (煮)木耳扁蒲 | 扁蒲片 紅蘿蔔片 木耳片 | 65 g 8 g 6 g | (炒)豆皮翠玉白菜 | 大白菜角 非基改炸豆包絲 蔥段 | 65 g 8 g 2 g |
| 有機白莧菜 | 有機時蔬 | 80 g | 有機黑葉白菜 | 有機時蔬 | 80 g | 芥藍菜 | 時蔬 | 80 g | 有機空心菜 | 有機時蔬 | 80 g | 油菜 | 時蔬 | 80 g |
| 味噌豆腐湯 | 非基改板豆腐小丁 洋蔥角 非基改味噌 | 30 g 15 g | 黑糖珍珠醇奶 | 粉圓 奶粉 黑糖 | 10 g 25 g | 青菜蛋花湯 | 小白菜段 CAS洗選蛋 雞骨 | 25 g 8 g 7 g | 薑絲冬瓜湯 | 冬瓜小丁 龍骨丁 薑絲 | 35 g 7 g | 大滷湯 | 非基改板豆腐絲 細肉絲 木耳 紅蘿蔔絲 金針菇 CAS洗選蛋 | 10 g 6 g 6 g 8 g 8 g 6 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 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|---------------------------------|-----------------------------|----------------|---|---|--------------|--------------------------------|----------------------------|-------------|--|---|-------------|--------------------------------------|-------------------------------------|
| 6/9 紅藜麥飯 | (週一) 有機白米 紅藜麥 | 80 g 2 g | 6/10 蒜香義大利麵 | (週二) 義大利麵 洋蔥小丁 冷凍三色豆 碎培根 鴻喜菇 蒜粗 | 130 g 10 g 15 g 8 g 5 g | 6/11 黑芝麻飯 | (週三) 白米 黑芝麻 | 80 g 2 g | 6/12 五穀飯 | (週四) 白米 五穀米 | 70 g 10 g | 6/13 薏仁飯 | (週五) 白米 洋蔥仁 | 70 g 10 g |
| (炒)黑胡椒豬柳 | 肉柳 洋蔥粗絲 金針菇 蔥段 黑胡椒粒 | 70 g 20 g 10 g 2 g | (炸)★香草腿排*1 | 台灣排5 | 1 個 | (蒸)粉蒸肉 | 肉片 地瓜中丁 | 70 g 20 g | (煮)安東燉雞 | 帶皮胸丁 韓國冬粉 洋蔥角 紅蘿蔔中丁 馬鈴薯中丁 蔥花 韓式辣椒醬 | 70 g 5 g 10 g 5 g 10 g 1 g | (煮)壽喜燒魚丁 | 鯷魚丁 非基改板豆腐小丁 大白菜角 洋蔥角 蔥花 | 70 g 10 g 20 g 10 g 1 g |
| (煮)什錦黃瓜 | 大黃瓜片 紅蘿蔔片 木耳片 肉羹 | 70 g 8 g 6 g 10 g | (拌)起司雙薯 | 馬鈴薯中丁 地瓜中丁 紅椒角 起士絲 | 45 g 35 g 5 g | (煮)麻婆豆腐 | 非基改板豆腐小丁 絞肉 杏鮑菇D原料 蔥花 | 40 g 8 g 20 g 1 g | (炒)泡菜黃芽干絲 | 黃豆芽 非基改細白干絲 紅蘿蔔絲 黃金泡菜 | 58 g 10 g 10 g 2 g | (炒)紅絲炒蛋 | CAS殺菌液蛋 紅蘿蔔絲 | 45 g 10 g |
| 有機荷葉白菜 | 有機時蔬 | 80 g | 有機小松菜 | 有機時蔬 | 80 g | 空心菜 | 時蔬 | 80 g | 有機油江菜 | 有機時蔬 | 80 g | 油麥菜 | 時蔬 | 80 g |
| 柴魚油腐湯 | 非基改油豆腐小丁 白蘿蔔中丁 柴魚片 | 15 g 20 g | 羅宋湯 | 高麗菜角 紅蘿蔔片 蕃茄角 洋蔥角 西芹片 龍骨丁 | 20 g 8 g 8 g 8 g 2 g 7 g | 三彩蒲瓜湯 | 扁蒲粗絲 紅蘿蔔絲 鴻喜菇 龍骨丁 | 30 g 10 g 6 g 7 g | 玉米海結湯 | 玉米片 海帶結 龍骨丁 | 15 g 10 g 7 g | 香菇雞湯 | 香菇原料 帶皮胸丁 筍片 | 10 g 8 g 15 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 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|--|-----------------------------|--------------------|-------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------|--------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| 6/16 茄汁蛋炒飯 | (週一) 白米 絞肉 冷凍三色豆 CAS洗選蛋 蕃茄小丁 | 70 g 10 g 12 g 12 g 10 g | 6/17 白米飯 | (週二) 有機白米 | 80 g | 6/18 蕎麥飯 | (週三) 白米 蕎麥 | 70 g 10 g | 6/19 燕麥飯 | (週四) 白米 燕麥 | 70 g 10 g | 6/20 糙米飯 | (週五) 白米 糙米 | 70 g 10 g |
| (煮)美式香檸魚丁 CAS冷凍水鯊丁 馬鈴薯中丁 | 80 g 10 g | (煎)香油雞排(長安店製)(均需供應2雙手) | 台灣排5 翅小腿 | 1 個 2 隻 | | (燉)花生豬肉 | 肉角 豬腳丁 豆薯中丁 水煮花生 蔥原料 | 65 g 15 g 15 g 6 g 1 g | (炒)避風塘雞 | 帶皮胸丁 杏鮑菇 蒜酥 | 70 g 15 g | (煮)咖哩肉片 | 肉片 馬鈴薯片 紅蘿蔔片 洋蔥角 咖哩粉 | 70 g 15 g 8 g 15 g |
| (炒)金瓜花椰 冷凍青花菜 南瓜粗絲 紅蘿蔔絲 木耳絲 | 40 g 20 g 10 g 8 g | (炒)打拋四季豆 非基改豆干片 冷凍四季豆 絞肉 蕃茄小丁 九層塔去梗 | 20 g 35 g 8 g 10 g | (煮)油燜鮮筍 | 筍中丁 紅蘿蔔中丁 香菇原料 油豆腐小丁 | 30 g 10 g 8 g 20 g | (煮)絲瓜燴蛋 | 絲瓜1/4圓片 非基改板豆腐小丁 CAS殺菌液蛋 冬粉 | 50 g 15 g 20 g 5 g | (炒)開陽白菜 | 大白菜角 紅蘿蔔片 蝦米 木耳 | 70 g 10 g 1 g 6 g | | |
| 有機空心菜 | 有機時蔬 | 80 g | 有機白莧菜 | 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 | 青江菜 | 有機時蔬 | 80 g |
| 玉米濃湯 | 冷凍玉米粒 馬鈴薯小丁 紅蘿蔔末 奶粉 | 15 g 8 g 8 g 5 g | 鮮菇時蔬湯 | 大白菜片 金針菇 龍骨丁 | 30 g 10 g 7 g | 冬瓜魚丸湯 | 冬瓜小丁 虱目魚丸 龍骨丁 | 30 g 10 g 7 g | 地瓜芋圓湯 | 地瓜中丁 芋圓 | 15 g 10 g | 黃瓜大骨湯 | 大黃瓜片 龍骨丁 | 35 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 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|---|-----------------------------|------------------------------------|-----------------------------|--|-----------------------------------|---|----------------------------|---------------------------------|-----------------------------|-------------|-----------------------------|--------------------|
| 6/23 小米飯 | (週一) 白米 小米 | 70 g 10 g | 6/24 海苔黃豆飯 | (週二) 有機白米 黃豆 海苔絲 | 80 g 10 g | 6/25 五穀飯 | (週三) 白米 五穀米 | 70 g 10 g | 6/26 肉燥粿仔條 | (週四) 粿仔條 綠豆芽 絞肉 韭菜段 | 100 g 20 g 8 g 2 g | 6/27 胚芽飯 | (週五) 白米 胚芽米 | 70 g 10 g |
| (炒)春川起司雞 帶皮胸丁 高麗菜片 韓國年糕 白精靈菇原料 起士絲 韓式辣椒醬 | 75 g 20 g 5 g 5 g 5 g 2 g | (蒸)鮮菇蒸蛋 CAS殺菌液蛋 香菇原料 | 55 g 10 g | (煮)沙茶肉柳 肉柳 洋蔥粗絲 金針菇 蔥段 | 70 g 10 g 10 g 2 g | (油)沙茶肉柳 台灣排5 翅小腿 | 1 個 2 隻 | (炒)塔香三杯魚丁 烏魚丁 非基改四分干 米血糕丁 九層塔去梗 | 80 g 10 g 5 g 2 g | | | | | |
| (煮)醬煮甜條 CAS甜不辣條 黃豆芽 洋蔥粗絲 韭菜段 | 20 g 20 g 13 g 2 g | (炒)宮保油腐 非基改油豆腐小丁 紅蘿蔔中丁 小黃瓜滾刀 花生 | 40 g 10 g 15 g 2 g | (炒)蛋香扁蒲 扁蒲切條 CAS殺菌液蛋 | 35 g 45 g | 蘭陽西魯肉 大白菜角 紅蘿蔔絲 細肉絲 CAS洗選蛋 乾香菇絲 | 70 g 10 g 8 g 8 g 1 g | (炸)★椒鹽雙脆 地瓜中丁 杏鮑菇D原料 | 30 g 40 g | | | | | |
| 有機小白菜 | 有機時蔬 | 80 g | 有機空心菜 | 有機時蔬 | 80 g | 白莧菜 | 時蔬 | 80 g | 有機黑葉白菜 | 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 | 35 g 7 g | 黃瓜玉米湯 | 大黃瓜片 玉米段 雞骨 | 30 g 15 g 12 g | 田園蔬菜湯 | 蕃茄角 高麗菜角 洋蔥角 龍骨丁 | 10 g 20 g 10 g 7 g | 竹筍湯 | 筍片 龍骨丁 | 30 g 7 g | 絲瓜麵線湯 | 絲瓜1/4圓片 白麵線 龍骨丁 枸杞 | 30 g 5 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 |

| | | | | | | |
|-------------|----------------------------|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 6/30 白米飯 | (週一) 白米 | 80 g | 7/1 (週二) | 7/2 (週三) | 7/3 (週四) | 7/4 (週五) |
| (煮)豬肉丼 | 肉片 洋蔥角 CAS洗選蛋 蔥原料 | 65 g 20 g 10 g 1 g | | 0 | 0 | 0 |
| (炒)蝦香高麗 | 高麗菜角 紅蘿蔔片 木耳 蝦皮 | 65 g 10 g 6 g | | 0 | 0 | 0 |
| 青江菜 | 時蔬 | 80 g | | 0 | 0 | 0 |
| 椰香西米露 | 地瓜 洋薏仁 西谷米 | 10 g 5 g 5 g | | 0 | 0 | 0 |
| 水果 | 水果 | 1 份 | | | | |