

紅太陽 廠商
113年06月份菜單

成功高中

本公司使用之豬肉及其製品
原產地(國)皆為臺灣

週次	主菜	日期	星期	副菜1	副菜2	副菜3	副菜4	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	油脂及堅果類	熱量(大卡)
一	日式烤肉片	6/3	一	蠔油豆腐煲	馬鈴薯炒蛋	紅絲高麗菜	時蔬	6.3	2.9	1.4	3.4	897
	蒲燒鯛魚	6/4	二	滑蛋玉米	紅燒杏鮑菇	清炒青江菜	時蔬	6.2	2.3	2.1	3.2	853
	三杯雞丁	6/5	三	紅燒甜條	蛋炒洋蔥	絲瓜金針菇	時蔬	5.8	2.7	1.8	3	839
	烤雞腿	6/6	四	五香豆干片	三杯海帶茸	炒地瓜葉	時蔬	5.5	2.6	2.2	3.1	825
	紅燒肉(炸)	6/7	五	紅燒豆腐	燜筍絲	炒扁蒲	時蔬	5.5	2.5	2.2	3	813
二	五香滷肉	6/10	一	端午節								
	糖醋排骨	6/11	二	絲瓜冬粉蛋	沙茶豆乾	清炒油菜	時蔬	6.5	2.4	1.8	3.5	888
	手撕雞	6/12	三	紅燒麵腸	紅絲金針菇蛋	清炒蚵白菜	時蔬	5.5	2.5	2	3	808
	糖醋雞丁	6/13	四	黑胡椒洋蔥	冬粉肉末	蒜香綠花椰	時蔬	6.4	2.7	1.9	3.4	901
	醬燒鱈魚(炸)	6/14	五	紅蘿蔔蛋	魚香茄子	清炒高麗菜	時蔬	6.8	2.7	1.2	3.8	930
三	鐵路排骨(滷)	6/17	一	番茄豆腐	醬香米血糕	韭菜綠豆芽	時蔬	6.4	2.3	1.4	3.3	854
	蜜汁烤腿排	6/18	二	糖醋豆皮	滷海帶結	蒜炒高麗菜	時蔬	5.5	2.6	2	3	815
	鹽水雞	6/19	三	炸醬豆乾丁	高麗菜炒冬粉	炒小白菜	時蔬	6.4	2.5	1.7	3.4	881
	蔥爆豬柳	6/20	四	半顆滷蛋	黑胡椒杏鮑菇	薑絲油菜	時蔬	5.5	2.5	2.1	2.8	801
	香蔥魚排(炸)	6/21	五	番茄蛋	黃瓜雞捲	紅燒茄子	時蔬	5.7	2.7	1.9	3.2	843
四	紅燒肉	6/24	一	金針菇絲瓜	炒海帶絲	炒筍片	時蔬	5.5	2.2	2.3	3.2	801.5
	蠔油雞丁	6/25	二	洋蔥炒蛋	醬炒甜不辣	青花菜	時蔬	5.8	2.8	1.8	3.4	864
	蒲燒鯛魚	6/26	三	沙茶豆干	蒜炒胡瓜	蚵白菜	時蔬	5.5	2.6	2	3.2	824
	糖醋排骨(炸)	6/27	四	麻婆豆腐	紅燒蘿蔔	炒空心菜	時蔬	5.5	2.5	2.2	3.3	826
	蜜汁雞腿	6/28	五	休業式								