



健康營養午餐

~美味滿分·健康餐盒~



青達高中

精緻午餐

供應日期:  
12/06-12/17

日期	星期	主菜		副菜			青菜
12/6	一	蜜汁翅小腿*2	起司炸豬排	蛋酥白菜滷	彩虹玉米	甜椒杏鮑菇	翠炒時蔬
		翅小腿*2/燒	起司豬排/炸	大白菜+雞蛋+胡蘿蔔/滷	玉米粒+馬鈴薯+胡蘿蔔/炒	甜椒+杏鮑菇/炒	
12/7	二	貴妃雞排	韓式燒肉	黃瓜雙燴	爆炒干片	翡翠燒賣	健康蔬菜
		雞排/燒	肉片+大白菜/燒	大黃瓜+胡蘿蔔+木耳/炒	豆干+肉絲/炒	燒賣/蒸	
12/8	三	脆皮炸雞翅	京醬肉柳	杏鮑菇燒海結	印度咖哩	雙色花椰	鮮炒青菜
		雞翅/炸	豬柳/煮	海帶結+杏鮑菇/燒	馬鈴薯+胡蘿蔔+雞肉/煮	白花菜+青花菜/炒	
12/9	四	黑蜜里肌排	香酥雞腿	塔香肉醬干丁	番茄炒蛋	西芹茼蒿	健康蔬菜
		豬排/燒	雞腿/炸	豆干丁+豬絞肉/炒	番茄+雞蛋/炒	西洋芹+茼蒿/炒	
12/10	五	糖醋咕咾肉	無骨香雞排	竹筍肉絲	醬燒冬瓜煮	三杯海茸	翠炒時蔬
		咕咾肉+洋蔥/燒	雞排/炸	竹筍+肉絲+胡蘿蔔/炒	冬瓜+豬絞肉/煮	海茸/燒	
12/13	一	什錦蝦排	蘑菇醬肉柳	金菇蒲瓜	花生滷黑干	QQ芝麻球	鮮炒青菜
		蝦排/炸	肉柳+洋蔥/煮	蒲瓜+金針菇+胡蘿蔔/炒	黑豆干+花生/滷	芝麻球/炸	
12/14	二	天下第一翅	酥炸豬排	滑嫩蒸蛋	螞蟻上樹	青椒鮑菇	健康蔬菜
		雞翅/燒	豬排/炸	雞蛋/蒸	高麗菜+冬粉+豬絞肉/炒	青椒+杏鮑菇/炒	
12/15	三	大阪豬里肌排	糖醋雞丁	爽口脆高麗	蔥醬黑輪	五香滷蛋	健康蔬菜
		豬排/炸	雞肉/燒	高麗菜+蝦米/炒	洋蔥+黑輪/煮	雞蛋/滷	
12/16	四	無錫排骨	旗魚排	鍋燒油豆腐	銀芽三絲	氣炸小雞塊	翠炒時蔬
		豬肉+甜椒/燒	旗魚排/炸	油豆腐+絞肉/燒	豆芽菜+韭菜+胡蘿蔔/炒	雞塊/炸	
12/17	五	椒香雞排	黃金蛋蛋魚	南洋咖哩	胡蘿蔔炒蛋	蜜汁甜片	翠炒時蔬
		雞排/燒	柳葉魚/炸	馬鈴薯+胡蘿蔔+雞肉/煮	胡蘿蔔+雞蛋/炒	甜不辣/燒	



萬興達歡迎同學熱情訂購

★本廠全面使用「國產生鮮肉品」，產地：臺灣

☆全面使用非基因改造黃豆製品及玉米

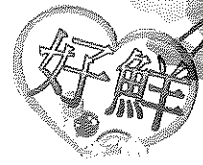
營養師：余欣儒、呂芝萱



萬興達有限公司 電話：(03) 477-1654 · 477-1655 桃園市新屋區中山東路二段130巷13號



# 好鮮營養便當



訂購專線 03-3701155

## 育達高中午餐菜單

請我吃飯飯

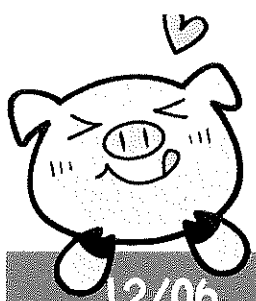


	主食	主菜	美味副主菜	美味副菜	美味副菜	美味副菜	青菜
12月6日 (一)	香Q白飯	醬燒豬排	泡菜燒雞	瓜仔干丁	冬瓜燒麵筋	雞塊	季節蔬菜
12月7日 (二)	香Q白飯	五香滷腿排	香酥鯖魚片	滑蛋蕃茄	咖哩洋芋	鐵板銀芽	季節蔬菜
12月8日 (三)	運動會~~~加油!!GO~						
12月9日 (四)	紫米飯	卡拉雞排	洋蔥鮮菇豬柳	泰式打拋肉	木耳脆薯絲	港式燒賣	季節蔬菜
12月10日 (五)	香Q白飯	香酥魚排	義式燉肉	鮮菇燒豆腐	蛋酥白菜	游龍鍋貼	季節蔬菜

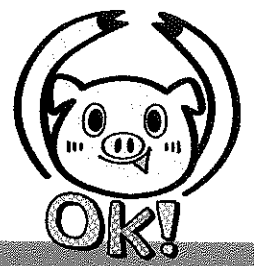
	主食	主菜	美味副主菜	美味副菜	美味副菜	美味副菜	青菜
12月13日 (一)	香Q白飯	鐵路豬排	椰香咖哩雞	㊦圓時蔬	鮮菇白花	海帶雙色	季節蔬菜
12月14日 (二)	香Q白飯	芝麻烤腿排	梅干扣肉	㊦彩鮮蔬	鮑菇高麗菜	紅蘿蔔炒蛋	季節蔬菜
12月15日 (三)	香Q白飯	御膳大排	海苔炸魚條	泡菜年糕	杏鮑菇滷豆干	五色蔬菜	時令蔬菜
12月16日 (四)	五穀飯	脆皮雞腿	巴比Q燒豬肉	季豆炒肉絲	麻婆豆腐	沙茶海苔	時令蔬菜
12月17日 (五)	香Q白飯	檸檬雞翅	麻油松版肉	蘿蔔滷	馬鈴薯炒肉絲	海鮮排	時令蔬菜

### 好鮮餐盒!!請踴躍訂購唷!!

營養師:王愛東、徐毓晏 客服專線:03-3701155#16



# 佳新盒餐



育達110/12/06 - 110/12/17營養午餐菜單

12/06 星期一	12/07 星期二	12/08 星期三	12/09 星期四	12/10 星期五
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

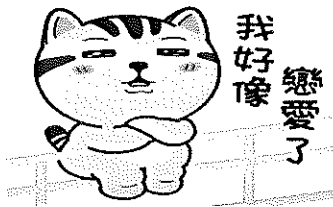
香Q白飯 香酥 蝴蝶腿	香Q白飯 醬燒大排	香Q白飯 卡拉 雞腿堡	香Q黑米飯 茄億大排	香Q白飯 脆皮雞排
五香肉燥	芋頭捲	蜜汁肉干	日式地瓜餅	QQ滷蛋
螞蟻上樹	梅干肉末	豆豉碎脯	鐵板豆芽	瓜仔肉
洋葱炒蛋	三色玉米蛋	筍干酸絲	什錦滷味	宮保干丁
塔香海茸	翠炒高麗菜	鮮瓜炒蛋	醬燒南瓜	台式魷魚羹
可口時蔬	新鮮時蔬	可口時蔬	新鮮時蔬	可口時蔬
衛生局評鑑HACCP 佳新盒餐廠 歡迎各位同學踴躍訂購				

12/13 星期一	12/14 星期二	12/15 星期三	12/16 星期四	12/17 星期五
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

香Q白飯 紐澳良 腿排	香Q白飯 鐵路豬排	香Q白飯 美式炸雞	什錦五穀飯 古早味 豬排	香Q白飯 鮮嫩雞排
蔥燒排骨	糖醋雞	蔥爆豬肉	菜脯蛋	客家 鹹豬肉
三杯豬血糕	酸菜豆干 炒肉	蒜香榨菜	蒜香黃豆芽	打拋肉
客家小炒	咖哩冬粉	白菜魯	醬燒冬瓜	黃金玉米蛋
蕃茄滑蛋	鮮瓜甜條	筍丁肉燥	蔴豉豆腐	辣炒雙絲
新鮮時蔬	可口時蔬	新鮮時蔬	可口時蔬	新鮮時蔬

本公司使用之豬肉類產品，均經防疫局駐場獸醫檢查合格之台灣原料製作而成，請安心食用。

佳新盒餐廠 祝您用餐愉快！ 服務專線：03-4643612



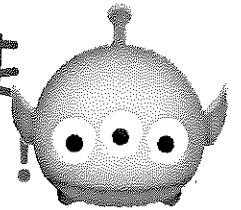
# 榮興食品



## 育達高中 12/6-12/17 營養午餐菜單

12/6 星期一	12/7 星期二	12/8 星期三	12/9 星期四	12/10 星期五
香Q米飯	QQ白飯	香Q米飯	三鮮炒麵	香Q米飯
紐澳良腿排	香酥雞腿	起司豬排	東海排骨	虱目魚排
蜜汁燒烤肉片	筒香焗肉	港式叉燒	流沙奶皇包	暖呼呼麻油雞
塔香百頁	鬍鬚張肉醬	麻婆豆腐	日式關東煮	鐵板肉絲
梅香肉醬	極品白菜滷	五彩鮮瓜	鐵板油腐	客家燻筍
鐵板銀芽	珍珠滑蛋	季豆肉絲	法式白醬	鮮蔬肉片
現炒蔬菜	現炒蔬菜	現炒蔬菜	現炒蔬菜	現炒蔬菜

每週四雙套餐、菜色多樣化健康美味  
特製雙主菜 歡迎同學踴躍訂購榮興!!!



12/13 星期一	12/14 星期二	12/15 星期三	12/16 星期四	12/17 星期五
香噴白飯	QQ白飯	香Q米飯	肉絲蛋炒飯	香噴白飯
五香滷雞排	糖醋咕咕肉	鐵板肉柳	香酥雞翅	照燒雞腿
港式燒鴨	卡拉香雞排	日式豬排	現烤披薩	雞肉香腸
鮮肉冬粉	香筍麵輪	毛豆玉米	四川麻辣燙	蛋皮松花捲
起司歐姆蛋	冬瓜麵筋	眷村醃醬	蒲瓜肉絲	咖哩肉茸
香甜瓜仔肉	和風豬肉丼	蔥燒豆干	什錦燴三鮮	蒜泥豆腐
現炒蔬菜	現炒蔬菜	現炒蔬菜	現炒蔬菜	冬季小火鍋
				現炒蔬菜

本廠一律使用"國產生鮮肉品"，產地：台灣