

中興高中 115年02月-豐成食品工廠

※本產品含有易引起過敏之食物，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其果敏體質者食用。本公司所用牛豬肉、牛肉及其
原產地皆來自台灣
設計者：鄧羽婷

營養師 鄧羽婷
營養字第007265號

2月23日(一)		2月24日(二)		2月25日(三)		2月26日(四)		
寶島白飯		地瓜飯		韓式黑嚕嚕炸醬麵		全穀飯		
轟炸夜市黃金雞排		椒鹽水鯊片		仲春燒烤大雞腿		烤肉醬燒大豬排		
古早味滷肉		洋蔥鹹豬肉		韓式部隊魷魚鍋		經典不敗復古蘑菇燒雞		
蝦香扁蒲燴炒		什錦花椰炒菇菇		醬燒小肉包		鐵板銀芽		
油菜		小白菜		菠菜		高麗菜		
蘿蔔排骨湯		冬瓜豚骨湯+水果		筍香肉絲湯		海芽豆腐湯(豆)+保久乳		
熱量：815	脂肪：27	熱量：864	脂肪：26.5	熱量：790	脂肪：26	熱量：991.9	脂肪：35.5	
醣類：110	蛋白質：32.6	醣類：124	蛋白質：32.6	醣類：105	蛋白質：33.4	醣類：125	蛋白質：42.6	
全穀雜糧類:6.5份、豆魚蛋肉類2.8份、蔬菜類2.6份、油脂與種子堅果類2.6份、水果類0份、奶類0份		全穀雜糧類:6.5份、豆魚蛋肉類2.8份、蔬菜類2.3份、油脂與種子堅果類2.5份、水果類1份、奶類0份		全穀雜糧類:6.2份、豆魚蛋肉類3份、蔬菜類2.4份、油脂與種子堅果類2.2份、水果類0份、奶類0份		全穀雜糧類:6.8份、豆魚蛋肉類3份、蔬菜類2.3份、油脂與種子堅果類2.5份、水果類0份、奶類1份		