

※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。本公司所使用豬肉、牛肉及其原料產地皆來自台灣  
設計者：鄧羽婷

營養師 鄧羽婷  
營養字第007265號

# 中興高中 115年2月素食-豐成食品工廠

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				什錦炒麵				糙米飯			
紅燒豆腐				炸豆腐				蔗香豆包				紅燒黑乾			
可口豆包丁				三色玉米				高麗菜丸				酸菜海茸			
咖哩馬鈴薯				香滷麥條				涼拌海芽				炒冬粉			
彩繪蒲瓜				菇扒青花菜				醬燒菜捲				彩繪小黃瓜乾片			
油菜				小白菜				菠菜				豆芽菜			
海芽湯				菜頭湯/水果				味噌湯				什菜湯/保久乳			
熱量：	804.8	脂肪：	26	熱量：	802.9	脂肪：	26.5	熱量：	840.7	脂肪：	25.5	熱量：	827.3	脂肪：	26.5
醣類：	111.5	蛋白質：	31.2	醣類：	108.5	蛋白質：	32.6	醣類：	118.5	蛋白質：	34.3	醣類：	114	蛋白質：	33.2
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2.2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:7份、豆魚蛋肉類2.9份、蔬菜類2.7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			

