

111年05月份菜單

本菜單使用國產豬肉



關山

日期	星期	主食	副食			湯品	全穀雜糧 (份)	豆魚蛋肉 (份)	蔬菜 (份)	熱量 (大卡)
5月2日	星期一	白飯	打拋豬肉	南瓜燴蛋	美味時蔬	白菜大骨湯	5.5	3	2	735
5月3日	星期二	白飯	甜醬燒雞	大瓜肉片	美味時蔬	菇菇湯	5	3.5	2	750
5月4日	星期三	什錦炒飯		肉包	美味時蔬	肉骨茶湯	5	3.5	2	750
5月5日	星期四	白飯	炸豬排	海帶肉絲	美味時蔬	番茄高麗菜湯	5.5	3.5	2	785
5月6日	星期五	白飯	糖醋雞丁	玉米肉末	美味時蔬	大瓜虱目魚丸湯	5	3.5	2	750
5月9日	星期一	白飯	客家滷肉	洋蔥炒蛋	美味時蔬	胡瓜肉絲湯	5.5	3	2	735
5月10日	星期二	白飯	豆豉魚	麻婆豆腐	美味時蔬	玉米雞湯	5	3	2	700
5月11日	星期三	什錦炒麵		炸芋頭丸	美味時蔬	紫米西米露	5	3.5	2	750
5月12日	星期四	白飯	泡菜肉片	烏龍滷味	美味時蔬	海芽蛋花湯	5.5	3.5	2	785
5月13日	星期五	白飯	炸雞腿	大瓜燴雙片	美味時蔬	玉米排骨湯	5	3.5	2	750
5月16日	星期一	白飯	醬燒雞丁	咖哩洋芋	美味時蔬	金針菇肉絲湯	5.5	3	2	735
5月17日	星期二	白飯	白芋燒肉	玉米炒蛋	美味時蔬	鮮菇雞湯	5	3	2	700
5月18日	星期三	炒烏龍麵		肉包	美味時蔬	紅豆湯	5	3.5	2	750
5月19日	星期四	白飯	炸魚片	洋蔥炒肉絲	美味時蔬	關東煮	5.5	3.5	2	785
5月20日	星期五	白飯	洋蔥雞丁	蛋酥白菜滷	美味時蔬	日式味噌湯	5	3.5	2	750
5月23日	星期一	白飯	鮮菇燒肉	翠炒高麗	美味時蔬	玉米濃湯	5.5	3	2	735
5月24日	星期二	白飯	豆瓣蒸魚	玉米肉末	美味時蔬	榨菜肉絲湯	5	3	2	700
5月25日	星期三	義大利肉醬麵		芋泥包	美味時蔬	綠豆湯	5	3.5	2	750
5月26日	星期四	白飯	鹹酥雞	炒三絲	美味時蔬	胡瓜蛋花湯	5.5	3.5	2	785
5月27日	星期五	白飯	回鍋肉	南瓜炒蛋	美味時蔬	豆腐味噌湯	5	3.5	2	750
5月30日	星期一	白飯	馬鈴薯燉肉	海帶肉絲	美味時蔬	玉菜肉片	5.5	3	2	735
5月31日	星期二	白飯	紅燒魚片	瓜仔肉	美味時蔬	茶壺湯	5	3	2	700

營養午餐常見的國產農產品標示(三章一Q)

資料來源：行政院農委會三章一Q專區
<https://4b1q.coa.gov.tw/index.php>

營養午餐的食材都是哪裡來的？從青菜到生鮮肉品，只要你看的到的食材，皆來自台灣優良且合格的廠商及農友，以下是我們營養午餐常見的國產農產品標章(三章一Q)：



產銷履歷農產品(TAP)

從生產作業、採後處理、初級加工，都經驗證符合安全永續；生產紀錄全公開！

CAS台灣優良農產品

經過層層把關，衛生安全高品質得優良農產品及加工品，讓人很放心的在地食材。

台灣有機農產品

不使用化學肥料、化學農藥及食品添加物，生產過程親和自然的友善食材。



生產追溯QRcode

掃描QRcode，即可得知產品來源。申請簡便，讓國產農漁畜產品的可追溯性更普及。

三個標章

一個QRcode

三章一Q

