



# 富秣餐飲112年9月便當菜單



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期					8月30日		8月31日		9月1日	
星期					星期三		星期四		星期五	
單主菜A(70元)					辣炒肉絲 豬肉80g,青椒.紅蘿蔔絲		梅乾燒肉 豬肉丁80g,梅乾菜		油豆腐燒肉 豬肉80g,油豆腐	
單主菜B(70元)					蝦卷(炸) 蝦卷80g		滷雞排 雞肉80g		酥炸魚柳 魚肉80g	
副菜					1	陽光蔬菜	1	陽光鮮蔬	1	陽光鮮蔬
					綠色蔬菜,蒜頭		綠色蔬菜,蒜頭		綠色蔬菜,蒜頭	
					2	紅蘿蔔炒蛋	2	螞蟻上樹	2	紅蘿蔔洋蔥炒蛋
					紅白蘿蔔.雞蛋		冬粉.玉米.青豆.胡蘿蔔丁		紅蘿蔔.洋蔥.蛋	
					3	炒大黃瓜	3	番茄豆腐	3	炒時瓜
				大黃瓜.貢丸片		番茄豆腐		時瓜.蝦米		
				單主菜A	單主菜B	單主菜A	單主菜B	單主菜A	單主菜B	
全穀雜糧類(份)					4	4	4.5	4.5	4.5	4.5
豆魚蛋肉類(份)					3	2.5	2.5	2.5	2.5	2.5
蔬菜類(份)					1	1	1	1	1	1
油脂及堅果種子類(份)					4	4	4	4	4	5
總熱量(Kcal)					710	672.5	707.5	707.5	707.5	752.5

備註：生鮮豬肉、豬肉加工品皆為台灣國產豬，重量計算以生肉為準。富秣餐飲有限公司



# 富秝餐飲112年9月素食菜單



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期 星期			8月30日 星期三	8月31日 星期四	9月1日 星期五
雙主菜A+B (70元)			麻婆豆腐 豆腐.素絞肉	糖醋豆包 豆包,番茄醬	京醬素肉絲 豆腐,甜麵醬,小黃瓜
			豆豉燒素雞 素雞,豆豉醬	日式蒸蛋 雞蛋,海帶芽	燒豆腐 豆腐
副菜			1 陽光蔬菜	1 陽光蔬菜	1 陽光蔬菜
			綠色蔬菜	綠色蔬菜	綠色蔬菜
			2 大黃瓜	2 杏包菇	2 炒佛手絲
			黃瓜.紅蘿蔔	杏包菇.薑絲	薑絲,佛手絲
			3 塔香茄子	3 炒馬鈴薯絲	3 金玉滿堂
		九層塔,茄子	馬鈴薯,紅蘿蔔絲	玉米粒.黃瓜丁.紅蘿蔔丁	
		營養分析	營養分析	營養分析	
全穀雜糧類(份)			5	6	5.1
豆魚蛋肉類(份)			2	2	2.5
蔬菜類(份)			1.5	1.1	1.7
油脂及堅果種子類(份)			3	3	3
總熱量(Kcal)			672.5	732.5	722
富秝餐飲有限公司					