吉米食品有限公司

廠址:台中市外埔區長生路265號
服務電話:04-26835936

建臺中學菜單　　111學年度 6月菜單

6/17 星期六	5月30日	5月31日	6月1日	6月2日
白米飯 糖醋雞丁 炸醬干丁 大阪燒高麗菜 季節時蔬 肉骨茶湯			畢業典禮 停課不供餐	白米飯 蒜泥白肉 餘香筍丁 鮮菇瓠瓜 季節時蔬 味噌豆腐湯
熱量 747.7 大卡　脂質 24.7 克 蛋白質 31.7 克　醣類 99.8 克				熱量 759.9 大卡　脂質 24.6 克 蛋白質 32.1 克　醣類 102.6 克

6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日
白米飯 宮保雞丁 麻婆豆腐 大瓜什錦 ★有機蔬菜 玉米牛奶湯	白米飯 ◎椒鹽豬柳 什錦滷味 奶油白菜 季節時蔬 鮮筍中骨湯	客家粄條 ◎脆皮雞腿 芝麻球雙拼 開陽高麗菜 季節時蔬 冬瓜山粉圓	白米飯 糖醋排骨 香菇肉燥 蛋香瓠瓜 季節時蔬 海結大骨湯	白米飯 麻油肉片 小瓜雞丁 絲瓜麵線 季節時蔬 羅宋湯
熱量 756.5 大卡　脂質 25.3 克 蛋白質 32.5 克　醣類 99.7 克	熱量 764.9 大卡　脂質 24.7 克 蛋白質 32.4 克　醣類 103.2 克	熱量 749.1 大卡　脂質 25.0 克 蛋白質 31.6 克　醣類 99.4 克	熱量 756.4 大卡　脂質 24.6 克 蛋白質 31.8 克　醣類 102.0 克	熱量 743.0 大卡　脂質 22.5 克 蛋白質 32.1 克　醣類 103.1 克

6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日
白米飯 孜然排骨 泡菜油腐 冬瓜封肉 ★有機蔬菜 酸辣湯	白米飯 ◎香酥雞翅 米血炒滷味 鹹水筍片 季節時蔬 茶壺湯	茄汁蛋炒飯 ◎鹹酥雞 茶香干丁 乾煸季豆 季節時蔬 綠豆啵啵	白米飯 和風壽喜燒 小瓜鮮燴 洋蔥甜條 季節時蔬 海芽蛋花湯	白米飯 蜜汁叉燒 花菜炒雞 藥膳冬粉絲瓜 季節時蔬 日式味噌湯
熱量 781.8 大卡　脂質 27.1 克 蛋白質 35.0 克　醣類 99.5 克	熱量 750.4 大卡　脂質 24.7 克 蛋白質 31.8 克　醣類 100.3 克	熱量 760.2 大卡　脂質 24.4 克 蛋白質 31.6 克　醣類 103.6 克	熱量 759.5 大卡　脂質 24.6 克 蛋白質 32.1 克　醣類 102.4 克	熱量 770.7 大卡　脂質 25.6 克 蛋白質 33.3 克　醣類 101.7 克

6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日
白米飯 古早味滷肉 黑胡椒嫩腐 洋芋炒蛋 ★有機蔬菜 麵線糊	白米飯 ◎轟炸雞腿 豆皮小瓜 田園玉米 季節時蔬 冬瓜海芽湯	中華炒麵 ◎日式豬排 香蒜吐司 咖哩花菜 季節時蔬 燕麥QQ	端午連假	端午連假
熱量 787.2 大卡　脂質 27.4 克 蛋白質 35.4 克　醣類 99.8 克	熱量 751.9 大卡　脂質 24.6 克 蛋白質 31.7 克　醣類 100.9 克	熱量 748.3 大卡　脂質 24.7 克 蛋白質 31.8 克　醣類 99.7 克		

6月26日	6月27日	6月28日	6月29日	6月30日
白米飯 春川炒雞 豆豉豆腐煲 蛋酥芽菜 ★有機蔬菜 沙茶羹湯	白米飯 ◎黃金豬排 彩繪豆薯 焗汁花菜 季節時蔬 大瓜油腐湯	沙茶炒飯 ◎椒鹽雞翅 小瓜什錦 油燜鮮筍 季節時蔬 地瓜芋圓湯	白米飯 鐵板燒豬柳 大瓜雞丁 塔香海茸 季節時蔬 銀蘿雞湯	結業式
熱量 768.5 大卡　脂質 25.7 克 蛋白質 33.3 克　醣類 101.1 克	熱量 754.4 大卡　脂質 24.5 克 蛋白質 31.8 克　醣類 101.7 克	熱量 744.9 大卡　脂質 24.4 克 蛋白質 31.3 克　醣類 99.9 克	熱量 758.2 大卡　脂質 24.5 克 蛋白質 32.0 克　醣類 102.4 克	

＊使用【台灣豬肉】　標示◎為油炸食物　標示★為有機青菜＊