

普台高中113年9月9日至9月15日 膳食菜單暫定表

日期	9月9日		9月10日		9月11日		9月12日		9月13日		9月14日		9月15日			
星期	一		二		三		四		五		六		日			
西式早餐	飲品	剝皮辣椒G湯	剝皮辣椒、豆包、白K、紅K、香菇	布丁奶茶	紅茶、奶粉、布丁	紅茶	紅茶包	麵線糊	麵線、香菇、黑木耳、筍絲、皮絲、豆干、芹菜	玉米濃湯	玉米粒、馬鈴薯、紅蘿蔔	豆漿	豆漿	白粥	米	
	主食	麻油麵線	麵線、麻油、醬油	厚片土司	厚片土司	墨西哥捲餅	墨西哥捲餅	白刈包	刈包	貝果堡	貝果堡	白麥吐司	白麥吐司	芋頭饅頭	芋頭饅頭	
	主菜	豆瓣炒黑干	黑豆干、豆瓣醬、紅K	椒鹽水煮蛋 甜椒素餘	蛋、胡椒鹽 白帶餘、甜椒、紅蘿蔔	墨西哥醬續絲	豆包、墨西哥調味粉、紅蘿蔔、高麗菜	梅干大黑豆干	梅干菜、三層若、大黑干	火腿片(蛋) 火腿片(全)	火腿片	馬鈴薯熟狗炒蛋 馬鈴薯炒熟狗	蛋、熟狗、馬K、紅K	茶香海帶油腐	油豆腐、海帶結	
	副菜	蕃茄燒金菇	金針菇、蕃茄、紅K	花生醬	花生醬	玉米炒小黃瓜	小黃瓜、玉米粒、紅蘿蔔	花生糖粉	花生粉、糖粉	地瓜泥沙拉	地瓜、南瓜、沙拉醬、小黃瓜、玉米粒、葡萄乾	巧克力醬	巧克力醬	素鬆	素鬆	
	副菜	烤薯片 炒大白菜	馬鈴薯、黑胡椒、義式香料/大白菜	橄欖油拌A菜	A菜、橄欖油	炒青花菜	青花菜	酸菜絲	酸菜絲	起司片	起司片	綜合堅果	綜合堅果	豆漿 /炒高麗菜	豆漿 /高麗菜	
中式早餐	飲品	剝皮辣椒G湯	剝皮辣椒、豆包、白K、紅K、香菇	布丁奶茶	紅茶、奶粉、布丁	紅茶	紅茶包	麵線糊	麵線、香菇、黑木耳、筍絲、皮絲、豆干、芹菜	玉米濃湯	玉米粒、馬鈴薯、紅蘿蔔	豆漿	豆漿	白粥	米	
	主食	麻油麵線	麵線、麻油、醬油	鮮奶饅頭	鮮奶饅頭	黑糖銀絲卷	黑糖銀絲卷	白刈包	刈包	蒸鍋貼*3	鍋貼	紅豆包	紅豆包	芋頭饅頭	芋頭饅頭	
	主菜	豆瓣炒黑干	黑豆干、豆瓣醬、紅K	椒鹽水煮蛋 甜椒素餘	蛋、胡椒鹽 白帶餘、甜椒、紅蘿蔔	墨西哥醬續絲	豆包、墨西哥調味粉、紅蘿蔔、高麗菜	梅干三層若	梅干菜、三層若、大黑干	芹菜炒豆皮	豆皮、芹菜	馬鈴薯熟狗炒蛋 馬鈴薯炒熟狗	蛋、熟狗、馬K、紅K	茶香海帶油腐	油豆腐、海帶結	
	副菜	蕃茄燒金菇	金針菇、蕃茄、紅K	素燥米粉	米粉、芹菜、素燥、香菇、高麗菜	泡菜干絲	泡菜、白干絲	花生糖粉	花生粉、糖粉	柚香蓮藕	蓮藕、柚子醬	綜合堅果	綜合堅果	素鬆	素鬆	
	副菜	烤薯片 炒大白菜	馬鈴薯、黑胡椒、義式香料	白菜滷皮絲	大白菜、皮絲、黑木耳	煉乳	煉乳	酸菜絲	酸菜絲	地瓜泥沙拉	地瓜、馬K、沙拉醬、小黃瓜	花生麵筋	花生、麵筋泡	豆漿	豆漿/高麗菜	
午餐	主食	糙米飯	米、糙米	燕麥飯	米、燕麥粒	糙米飯	米、糙米	白飯	米	紫米飯	米、紫米	油飯	糯米、香菇、豆干、菜脯、皮絲	五穀飯	米、五穀米	
	主菜	瓜仔若蒸蛋 瓜仔若干丁	蛋、瓜仔肉、醬乾丁	椒麻雙色	凍豆腐、紫米糕	素鬆嫩豆腐	嫩豆腐、素鬆	菜脯干丁炒蛋 菜脯炒干丁	菜脯、蛋、豆干	糖醋豆包	豆包、蕃茄、鳳梨	五更腸旺	豆腸、麵腸、榨菜、紫米糕、黑木耳、花椒	三杯素雞	素雞、杏鮑菇、紅蘿蔔、九層塔	
	加菜	滷蛋	蛋	沙茶滷蛋	蛋、沙茶醬	蜜汁炸蛋	蛋、白芝麻、麥芽糖	三杯滷蛋	蛋、九層塔	椒麻茶葉蛋	蛋、滷包、花椒	滷蛋	蛋	奶香滷蛋	蛋、奶粉	
	副菜	榨菜鮮筍	筍子、榨菜、紅蘿蔔、香菇	雙菇炒豆皮	秀珍菇、杏鮑菇、豆皮	海結油泡	海帶結、空心油泡	宮保馬鈴薯	馬鈴薯、豆干、紅蘿蔔、乾辣椒、花生	塔香海茸	海茸、九層塔	炸茄子	茄子	嫩筍滷麵腸	麵腸、竹筍、黑木耳	
	副菜	炸醬粉絲油腐	油豆腐、紅蘿蔔、冬粉、黑木耳	滷玉筍蘿蔔	白蘿蔔、玉米筍、皮絲	金針菇炒青椒	金針菇、青椒、紅蘿蔔	白菜麵筋	大白菜、麵筋泡、紅蘿蔔	炸波浪薯條	波浪薯條	xo醬炒高麗菜	高麗菜、火腿	咖哩白花	白花菜、咖哩	
	青菜	炒地瓜葉	地瓜葉	炒高麗菜	高麗菜、紅K	炒青花菜	青花菜、薑絲	炒芥藍菜	芥藍菜	炒空心菜	空心菜、薑絲			炒A菜	A菜	
	湯	玉米冬瓜湯	玉米、冬瓜	碗仔翅	冬粉、黑木耳、筍絲、紅蘿蔔、香菇	羅宋湯	蕃茄、黃豆芽、高麗菜	佛手瓜素豚湯	佛手瓜、素排骨酥	玉米鮮菇湯	玉米、香菇、大白菜、紅蘿蔔	酸菜油腐湯	酸菜、油豆腐	蔬菜四物湯	青菜、紅蘿蔔、西洋芹、高麗菜、四物	
	果	芭樂		葡萄		鳳梨		火龍果		橘子		洋西瓜		小玉		
	地方	南瓜飯 鹽酥G排 雙冬素Y 豆酥高麗菜	米、南瓜排、九層塔、甜椒、皮絲、冬瓜、冬菇、金針菇、臘腸、大白菜	招牌飯-素排 香腸、滷蛋、滷油腐、紅絲小白菜	米、素排、醬汁、酸菜、香腸片、蛋、百頁豆腐、紅絲小白菜	白飯 咖哩醬豆g 花椰燴荷蕪 炸香菇	米 豆g、紅K、馬K、三色豆、咖哩醬 白花菜、蹄筋片、玉米筍、鮮香菇、椒鹽粉	翡翠素蝦仁炒飯 香酥菜捲 素炒紫米糕	米、素火腿、青花菜、素蝦仁、高麗菜、三色豆、菜捲、酥炸粉、椒鹽粉、紫米糕、小黃瓜、紅K	紹子乾麵 三杯凍豆腐 素炒甜不辣	麵條、香菇絲、小丁紅K、毛豆仁、豆干、青花菜、豆芽菜 凍豆腐、杏鮑菇、九層塔、甜不辣、小黃瓜	沙茶素魷魚羹飯 三杯豆腐 炒莧菜	米、香菇、素肉羹、素魷魚、沙茶醬、大白菜、筍絲、紅K、豆腐、九層塔、薑絲、辣椒條、莧菜、薑絲	金瓜炒米粉 芹香素腿 素燥大陸妹	米粉、南瓜、黃豆芽、高麗菜、香菇、火腿 素雞、芹菜、紅K大陸妹、素燥	
	異國	芋頭奶香鍋燒意麵 地瓜球 青椒炒豆干	鍋燒意麵、芋頭、奶粉、高麗菜、花片、丸子、百頁、地瓜球、青椒、豆干、豆破	沙茶豆腐鍋-附麵 炸薯條 芝麻海帶芽	麵、高麗菜、火鍋餘板、冬粉、金針菇、豆腐、馬鈴薯、白芝麻、海帶芽	越式寬粉 酸辣醬綠青木瓜 破布子炒高麗菜	寬粉、大陸妹、豆干、油片、火腿、檸檬、花生、蕃茄、九層塔、碎干丁、辣椒、九層塔、素若粒、小蕃茄、法國麵包、四季豆、XO醬	泰式塔香炒麵 打拋若佐法國麵包 XO醬炒四季豆	油麵、大陸妹、豆干、油片、火腿、檸檬、花生、蕃茄、九層塔、碎干丁、辣椒、九層塔、素若粒、小蕃茄、法國麵包、四季豆、XO醬	新疆羊肉抓飯 新疆大盤雞	米、素羊肉、孜然、紅蘿蔔、杏仁片、葡萄乾、素雞、馬鈴薯、蕃茄、豆干、甜椒、青椒、青花菜	炒麵麵包 焗烤香濃排 炒青花菜	沙拉堡、油麵、豆包、豆芽菜、炸醬、香菇、香檳排、乳酪絲、青花菜	鯖魚鮮蔬拌飯 味噌南瓜 鮮菇菜豆	米、素鯖魚、玉米粉、青花菜、豆干、蛋、南瓜、素排、白芝麻、味噌、菜豆、香菇	
晚餐	薑母鴨湯麵 筍干素肚 紅絲海帶絲	麵條、皮絲、凍豆腐、豆芽、高麗菜、薑母鴨湯包、筍乾、素肚、海帶絲、紅K、薑絲	香辣雞絲拌麵 椒麻藥膳鮮筍 焗烤地瓜	油麵、豆包、高麗菜、青花菜、杏鮑菇、筍丁、藥膳、皮絲、地瓜、乳酪絲	餐蛋麵 滷豆干 紅絲高麗菜	蒸煮麵、火腿片、荷包蛋、青花菜、豆干、高麗菜、紅蘿蔔	普台擔擔湯麵 黑白切 蠔油地瓜葉	麵條、素燥、小白菜、豆芽菜 海帶結、素G、豆乾、地瓜葉、素蠔油	紅燒羊若湯麵 三角薯餅*2 炒青花菜	細麵、紅K、玉米粒、素洋若、白K、空心菜、三角薯餅 青花菜、薑絲	蕃茄泡菜拉麵 香乾土豆 麥克G塊*2	拉麵、竹輪、蕃茄、泡菜、金針菇、百頁、豆乾、熟花生、麥克G塊	榨菜若絲湯麵 塔香綜合結 黃瓜香干	細麵、榨菜、素肉絲、青花菜、杏鮑菇、精靈菇、九層塔、豆干、小黃瓜		
風味	白飯 鳥蛋素肉燥 花椰燴荷蕪 炸草菇	米、鳥蛋、豆干、肉燥、油豆腐、青花菜、蹄筋片、玉米筍、草菇	蕃茄炒飯 貢丸湯 椒鹽毛豆莢	米、素火腿、紅K、青豆仁、蕃茄醬、白蘿蔔、貢丸、芹菜、毛豆莢、黑胡椒粒	白飯 藍帶火腿G排 梅乾豆干 炒通貓	米、豆包、火腿、油醋醬、高麗菜絲、梅乾菜、豆干、白K、通貓、豆破	沙茶洋若滑蛋 燴飯 麻油川七 芋泥球	米、空心菜、蛋、素若、三色豆、川七、麻油、芋泥球*2	白飯 香酥餘排 蕃茄油腐 香椿炸醬油菜	米、香酥魚排、油豆腐、香菇、三色豆、蕃茄、蛋、魯包、油菜、香椿炸醬	金沙炒飯 火腿大白菜 糖醋杏鮑菇	米、蛋、鹹蛋、碎乾丁、三色豆、火腿片、杏鮑菇、甜椒、鳳梨、小黃瓜	蕃茄嫩馬鈴薯 白飯 豆酥香榨豆腐 炒白白菜	米、蕃茄、馬鈴薯、素排、凍豆腐、炸白菜、薑絲		
加菜	醬油炒飯 炒小白菜 芹香豆腐湯 仙草干茶	米、三色豆、小白菜、芹菜、豆腐、薑絲、仙草濃醬汁	椒麻拌麵 炒莧菜 榨菜素絲湯 決明子	麵條、辣油、醬汁、花椒、莧菜、豆豉、榨菜、素若絲、薑決明子	糙米飯 咖哩醬 炒油菜 酸辣素肚湯 檸檬愛玉	糙米 三色豆 油菜、薑絲、酸菜仁、素肚、愛玉、檸檬	傻瓜麵 炒蒲瓜 枸杞南瓜湯 冬瓜茶	醬汁、麵條、蒲 瓜、薑絲 南瓜、枸杞、薑絲、冬瓜塊	黑胡椒炒飯 炒絲瓜 薑香南瓜湯 綠豆白木耳	米、三色豆、火腿、薑絲、紅K 南瓜 白木耳、綠豆	黑胡椒醬炸麵 炒苦瓜 黃瓜素豚湯 仙草凍茶	細麵、黑胡椒粒、洋菇、三色豆 大黃瓜、素排骨酥、仙草凍	糙米飯 素燥 炒空心菜 鮮絲絲湯 麥茶	糙米、素燥、空心菜、金針菇、絲瓜、炒麥茶		
果	芒果		火龍果		芭樂		葡萄		柳丁		西瓜		芭樂			

自民國98年承接以來即使用CAS產品，並於政府強制規定前即使用非基因改造黃豆製品。味帝

股份	66.5	55	61.5	50	54	59	61.5
總額	263.5	242.5	263.5	240	251	281	251
數量	1984.5	1731	1897.5	1688	1746	1955	1883.5