

普台高中115年8月31日至9月6日 膳食菜單暫定表

日期	8月31日			9月1日			9月2日			9月3日			9月4日			9月5日			9月6日		
星期	一			二			三			四			五			六			日		
西式早餐	飲品	紫菜豆腐湯	韓國紫菜、日式炸豆皮	紅茶	紅茶包		奶茶	奶粉、紅茶包		麵線糊	麵線、紅K絲、黑木耳絲、筍絲、皮絲、什錦菜		豆漿	豆漿		麥香奶茶	奶粉、大麥仁		白粥	米	
	主食	傻瓜拌麵	乾麵條、醬汁	厚片吐司	厚片土司		墨西哥捲餅	墨西哥捲餅		三角豆餅	三角豆餅		貝果堡	貝果堡		三明治-自製	去邊吐司、素方形火腿片、起司片、素鬆、千島醬		港式燻鴨頭	黑糖小饅頭、白芝麻、楓糖漿	
	主菜	茶葉蛋 茶香豆干	蛋、豆干	火腿炒蛋 火腿炒豆干	素火腿、玉米粒、蛋、碎干丁		墨西哥風味若醬	豆干丁、玉米粒、素紋若、馬鈴薯、紅K米、墨西哥粉		醬燒雞腸	雞腸、紅K片		酪梨馬鈴薯蛋沙拉 酪梨馬鈴薯沙拉	酪梨、馬鈴薯、蛋、玉米粒、紅K丁、沙拉醬、素火腿					鹹蛋1/2 醬燒白帶餘	鹹蛋、白帶餘	
	副菜	紅燒杏鮑菇	杏鮑菇、黑木耳	花生醬	花生醬		起司片	起司片		炸蘿蔔糕-附醬	蘿蔔糕、醬汁		巧克力醬	巧克力醬					土豆麵筋	麵筋泡、花生生	
	副菜	烤地瓜/ 炒高麗菜	地瓜、高麗菜	橄欖油拌白花	白花草、橄欖油		粉紅蕃薯管麵	蕃薯管麵、大蕃茄、素火腿、玉米粒、白花草		炒青菜	青菜		起司草菇醬	起司醬、洋菇片、黑胡椒					酸辣蘿蔔 炒地瓜葉	醃蘿蔔、地瓜葉	
中式早餐	飲品	紫菜豆腐湯	韓國紫菜、日式炸豆皮	紅茶	紅茶包		奶茶	奶粉、紅茶包		麵線糊	麵線、紅K絲、黑木耳絲、筍絲、皮絲、什錦菜		豆漿	豆漿		麥香奶茶	奶粉、大麥仁		白粥	米	
	主食	傻瓜拌麵	乾麵條、醬汁	紅豆包	紅豆包(大)		蒸饅貼*3	素鍋貼		三角豆餅	三角豆餅		中式燒餅	中式燒餅		高麗菜包	高麗菜包		港式燻鴨頭	黑糖小饅頭、白芝麻、楓糖漿	
	主菜	茶葉蛋 茶香豆干	蛋、豆干	火腿炒蛋 火腿炒豆干	素火腿、玉米粒、蛋、碎干丁		京醬豆腸	豆腸、甜麵醬、小黃瓜絲		醬燒雞腸	雞腸、紅K片		酪梨馬鈴薯蛋沙拉 酪梨沙拉	酪梨、馬鈴薯、蛋、玉米粒、紅K丁、沙拉醬		滷豆腐	豆腐		鹹蛋1/2 醬燒白帶餘	鹹蛋、白帶餘	
	副菜	紅燒杏鮑菇	杏鮑菇、黑木耳	素炒冬粉	冬粉、大白菜、紅K絲、黑木耳絲		三杯柳松菇	柳松菇、紅K片、九層塔		炸蘿蔔糕-附醬	蘿蔔糕、醬汁		素鬆	素鬆		芹香蘭花干	芹菜、蘭花干、黑木耳、紅K絲		酸辣蘿蔔	辣蘿蔔	
	副菜	烤地瓜	地瓜	小瓜炒腐竹	腐竹、小黃瓜、黑木耳、紅K片		粉紅蕃薯管麵	蕃薯管麵、大蕃茄、素火腿、玉米粒、白花草					苜蓿芽	苜蓿芽		柚香蓮藕	蓮藕、柚子醬		土豆麵筋	麵筋泡、花生生	
青菜	炒高麗菜	高麗菜	橄欖油拌白花	白花草、橄欖油		炒菜豆	菜豆		炒青菜	青菜		千島醬	番茄醬、沙拉醬		炒A菜	A菜		炒地瓜葉	地瓜葉		
午餐	主食	糙米飯	米、糙米	白米飯	米		燕麥飯	米、燕麥粒		白米飯	米		日式海苔拌飯	米、高麗菜、素火腿、紅K丁、海苔絲、玉米粒		紫米飯	米、紫米		紅麴飯	米、紅麴米	
	主菜	綜合滷味	黑豆干、海帶結、杏鮑菇、素米雪	瓜仔若燕蛋 青江煙雞捲	蛋、碎干丁、素瓜仔若、脆瓜、青江菜、大煙鰻捲		麻婆嫩豆腐	嫩豆腐、鮮香菇、玉米粒、紅K米		咖哩炒蛋 咖哩豆腐	蛋、豆腐、馬鈴薯、紅K丁		日式馬鈴薯嫩若	馬鈴薯、四分之一、素G丁、紅K丁、杏鮑菇		三杯油豆腐	油豆腐、九層塔、黑木耳		木須炒蛋 木須燴豆腐	蛋、豆腐、紅K絲、黑木耳絲、筍絲	
	加菜	沙拉醬炸蛋	蛋、沙拉醬				豉香滷蛋	蛋、豆豉					紅燒蛋	蛋							
	副菜	培根炒玉米	玉米粒、紅K丁、素培根、馬鈴薯	沙茶豆包炒什錦	豆包、小黃瓜、紅K絲、黑木耳絲		糖醋烤魷	烤魷、大蕃茄、甜椒、百頁豆腐		泡菜回鍋若	韓式泡菜、素若排、大白菜、紅K絲		炸物拼盤	蘿蔔糕、黑豆干、地瓜、四季豆		小瓜炒甜不辣	素甜不辣、小黃瓜、紅K片、		關東煮-附醬	白蘿蔔、大貢丸、玉米段、豆干結、素竹輪	
	副菜	筍干皮絲	筍干、皮絲	鹽酥茄子	茄子、酥炸粉		絲瓜燴金針	絲瓜、金針菇		芹香銀芽	豆芽菜、芹菜、紅K絲					海苔波浪薯條	波浪薯條、海苔粉		塔香海耳	海耳、九層塔	
	青菜	炒鵝白菜	鵝白菜	炒油菜	油菜		炒大陸妹	大陸妹		炒莧菜	莧菜		炒青花菜	青花菜、紅K片、玉米筍		炒青菜	青菜		炒小白菜	小白菜	
	湯	青木瓜排骨湯	青木瓜、素排骨酥	酸菜油豆腐湯	酸菜、油豆腐、金針菇		紅燒湯	白蘿蔔、紅K丁、玉米段、皮絲		摩摩啵啵 四物湯	西谷米、椰漿、水蜜桃、奶粉、珍珠粉圓、四物湯包、山藥、鮮香菇、蓮子		玉米濃湯	馬鈴薯、紅K丁、玉米粒、奶粉、素火腿		碗仔翅	冬粉、鮮香菇、筍絲、黑木耳絲、大白菜、紅K絲		關東煮湯	高麗菜、小珍丸、紅K丁	
	果	芭樂		葡萄			鳳梨			火龍果			橘子			洋香瓜			小玉		
地方	海苔起司鮑絲拌飯 椒鹽熱狗馬鈴薯 蘆筍炒蘑菇	米、海苔絲、乳酪絲、素鮑絲沙拉、玉米粒、素火腿、小黃瓜、全素大熟狗、馬鈴薯、蘆筍、蘑菇	G蛋豆腐滑蛋燴飯 滷蘿蔔 椒麻炸豆干	米、蛋、G蛋豆腐、鴻喜菇、紅K絲、鮮香菇、白蘿蔔(大塊)、豆干		金沙蛋炒飯 破布子炒水蓮 玉米布丁酥*2	米、鹹蛋、蛋、高麗菜、玉米粒、紅K丁、碎干丁、小黃瓜、鮮香菇、紅K片、破布子、水蓮、玉米布丁酥		紹子乾麵 雪裡紅炒若末 黑胡椒毛豆莢	乾麵條、碎干丁、豆芽菜、筍丁、鮮香菇、紅K丁、雪裡紅、油豆腐(碎)、毛豆莢		沙茶素土魷絲羹 茄燒雞腸 炒大黃瓜	油麵、素土魷絲、大白菜、金針菇、紅K絲、黑木耳絲、筍絲、雞腸、茄子、大黃瓜、紅K片		沙茶素土魷絲羹 茄燒雞腸 炒大黃瓜	油麵、素土魷絲、大白菜、金針菇、紅K絲、黑木耳絲、筍絲、雞腸、茄子、大黃瓜、紅K片		辣炒客家辣仔條 梅干菜滷若 干鍋菜燙菇	辣仔條、豆芽菜、紅K絲、黑木耳絲、素若排、豆干片、素油若、梅乾菜、黑豆干、柳松菇、鴻喜菇、紅K絲、芹菜		
	白醬義大利麵 珍珠布丁	義大利麵、杏鮑菇、玉米粒、碎干丁、玉米粒、青花菜、素火腿、布丁粉、珍珠粉圓	韓式炸醬麵 泡菜炒年糕 芝麻拌海芽	油扁麵、韓式黑炸醬、小黃瓜、紅K絲、豆干丁、鮮香菇、韓式泡菜、韓式年糕、大白菜、紅K絲、素黑輪、海帶芽、白芝麻		焗烤白醬嫩飯 櫻粉熱狗	米、馬鈴薯、玉米粒、素火腿、碎干丁、青花菜、乳酪絲、紅K丁、櫻粉熱狗		泰式炒麵 瑪格麗特法國麵包*2	油麵、高麗菜、豆干片、油花生、大蕃茄、九層塔、豆芽菜、乳酪絲、大蕃茄、起司片、九層塔、法國麵包		素鬆鹹絲茶泡飯 三炊蛋 唐辛子炸秋葵	米、素鬆、素鹹魚、烏龍茶、昆布、小黃瓜、玉米粒、蛋、皮蛋、鹹蛋、馬鈴薯、紅K絲、秋葵、日式唐辛子		義式若九子雙飯 燗烤厚片吐司	米、植物若九子、馬鈴薯、紅K丁、義大利香料、油豆腐丁、厚片吐司、乳酪絲、洋菇片、玉米粒、素火腿、馬鈴薯、紅K丁		酸辣湯飯 皮蛋豆腐 涼拌小黃瓜	米、高麗菜、黑木耳絲、紅K絲、筍絲、豆腐、皮蛋、嫩豆腐、小黃瓜		
	麻辣鍋燒意麵 紅燒素絲柳 紅絲小白菜	鍋燒意麵、小白菜、四角油泡、油豆腐、小珍丸、金針姑、素絲柳、小白菜、紅K絲、	剝皮辣椒G湯麵 薯條拼盤	乾麵條、豆包、剝皮辣椒、鮮香菇、高麗菜、杏鮑菇、麥克G塊、薯條		餐蛋麵 柚香G絲沙拉 炒大白菜	蒸煮麵、火腿片、荷包蛋、小白菜、豆包、豆芽菜、小黃瓜、紅K絲、柚子醬、大白菜、紅K絲		普台擔擔湯麵 涼拌素腿 紅絲油菜	乾麵條、普台素燥、小白菜、豆芽菜、三角油豆腐、素腿、紅K絲、油菜		紅燒素牛若湯麵 綜合滷味	刀削麵、紅K丁、白蘿蔔、角麵、素牛小排、小白菜、豆干、海帶片、凍豆腐、酸菜仁		日式醬油拉麵 涼拌干絲 醬醃蘿蔔	拉麵、筍干、玉米粒、豆芽菜、海苔片、素若排、白干絲、紅K絲、芹菜、白蘿蔔		榨菜若絲湯麵 塔香絲合結 夾心豆干	乾麵條、榨菜絲、素若絲、小白菜、三角油腐、杏鮑菇、鮑魚菇、秀珍菇、九層塔、黑豆干、酸菜絲、花生糖粉、素鬆		
	白米飯 烏蛋滷油腐 橄欖油炒白花 芹香油片絲	米、小蛋、油豆腐、青花菜、芹菜、油片絲、黑木耳絲	港式煲仔飯 青江菜佐香腸 滷蛋	米、香椿排骨酥、新鮮筍片、凍豆腐、青江菜、素香腸、蛋		沙茶洋若燴飯 酸辣青木瓜絲 筍子捲	米、素洋若、空心菜、素若排、柳松菇、馬鈴薯、青木瓜、辣椒、筍子捲		蒲燒鰻飯 日式味噌湯 日式大阪燒	米、素鰻魚、白芝麻、蒲燒醬汁、海帶芽、味噌、嫩豆腐、高麗菜、紅K絲、馬鈴薯、蛋、海苔粉		白米飯 塔塔醬絲排 軍絲燒絲豆腐 紅絲高麗菜	米、香酥魚排、黃芥末醬、沙拉醬、檸檬汁、絲豆腐、沙拉醬、海苔絲、紅K絲、高麗菜		椒鹽藍帶G排便當餐- 白米飯、藍帶G排、 滷蛋、滷豆干、 炒鵝白菜	米、豆包、起司片、麵包粉、蛋、豆干、鵝白菜		白米飯 香辣小G臘*2 炸豆干 香蒜炒A菜	米、香辣小G臘、醬汁、豆干、A菜、鮮香菇		
麵食	醬油炒飯 炒A菜 米豆腐滷湯 洛神花茶	米、三色豆、A菜、米豆、豆腐、洛神花	椒麻拌麵 炒莧菜 榨菜若絲湯 決明子	麵條、辣油、醬汁、花椒莧菜、榨菜、素若絲、薑、決明子、大麥仁		糙米飯 咖哩醬 酸栗油拌有機蔬菜 酸栗素肚湯 檸檬愛玉	糙米、碎干丁、玉米粒、有機蔬菜、酪梨油、酸栗仁、素肚、愛玉凍、檸檬汁		麻油麵線 紫蘇油拌有機蔬菜 南瓜蔬菜湯 冬瓜茶	麵線、麻油、有機蔬菜、紫蘇油、南瓜、高麗菜、玉米段、冬瓜糖磚		黑胡椒炒飯 炒絲瓜 金針排骨湯 白木耳甜湯	米、三色豆、火腿絲瓜、金針菇、素排骨酥、山藥、白木耳、蓮子		蘑菇拌麵 炒蒲瓜 冬瓜素酥湯 仙草凍茶	乾麵、洋菇片、三色豆、蒲瓜、素排骨酥、仙草凍		糙米飯 瓜仔若燥 炒四季豆 絲合湯 綠豆薏仁湯	糙米、碎干丁、素瓜仔若、四季豆、油豆腐、大貢丸、綠豆、洋薏仁		
果	芒果		火龍果			芭樂			葡萄			柳丁			西瓜			芭樂	芭樂		
總行		50.8		47.6			72.5			51.6			80.4			62.5			50		
分行		37.5		41			59.4			40.9			71.5			52			39		
中區		203		197.5			229.6			212.5			231			224			197.5		
地區		1352.7		1349.4			1743			1424.5			1889.1			1614			1341		

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