

達德商工 109年5月菜單 豐成食品工廠
歡迎同學踴躍訂購 每週四特餐日&甜湯和加菜!

營養師:江宗煒
衛生人員:陳沙莉



5/1(五)
寶島白飯 鐵路便當排骨 塔香三杯雞 彰化肉圓 深色蔬菜 竹筍大骨湯
蛋白質35.8g 脂質26.5g 醣類116.0g 熱量845.7Kcal

5/4(一)	5/5(二)	5/6(三)	5/7(四)	5/8(五)
寶島白飯 煙燻雞翅 日式壽喜燒 香滷黑輪條 高纖蔬菜 薑絲海芽湯	寶島白飯 吉野家燒肉 印度咖哩雞 黃金薯花 高纖蔬菜 刺瓜湯	寶島白飯 挪威海鮮排 泰式打拋豬 碳烤香腸 高纖蔬菜 玉米濃湯	日式炒烏龍 鐵路便當排骨 XO醬蘿蔔糕 招牌海鮮卷 高纖蔬菜 珍珠紅茶	寶島白飯 普羅旺斯雞腿 番茄蛋豆腐 海苔甜不辣 高纖蔬菜 白玉上排湯
蛋白質34.7g 脂質26.5g 醣類117.5g 熱量847.3Kcal	蛋白質25.1g 脂質26.0g 醣類116.0g 熱量838.4Kcal	蛋白質34.5g 脂質25.0g 醣類116.5g 熱量829.0Kcal	蛋白質34.7g 脂質26.5g 醣類117.5g 熱量847.3Kcal	蛋白質35.8g 脂質26.5g 醣類116.0g 熱量845.7Kcal

必勝客披薩

5/11(一)	5/12(二)	5/13(三)	5/14(四)	5/15(五)
寶島白飯 日式照燒豬排 塔香三杯雞 黑胡椒通心麵 高纖蔬菜 日式味噌湯	寶島白飯 夜市大雞排 麻婆豆腐 中華鍋貼 高纖蔬菜 筍絲湯	寶島白飯 椒鹽咕咾肉 正宗回鍋肉 黃金胖胖果 高纖蔬菜 冬瓜湯	咖哩肉絲炒飯 芝香雞翅 洋蔥鹹豬肉 上海湯包 高纖蔬菜 檸檬愛玉	寶島白飯 醬香滷豬排 紹興燒雞丁 鮮嫩魚條 高纖蔬菜 金菇肉絲湯
蛋白質33.8g 脂質25.0g 醣類116.5g 熱量826.1Kcal	蛋白質25.5g 脂質25.5g 醣類116.5g 熱量833.5Kcal	蛋白質34.7g 脂質26.5g 醣類117.5g 熱量847.3Kcal	蛋白質35.4g 脂質27.0g 醣類117.5g 熱量854.6Kcal	蛋白質37.7g 脂質27.5g 醣類118.5g 熱量872.3Kcal

5/18(一)	5/19(二)	5/20(三)	5/21(四)	5/22(五)
寶島白飯 脆皮雞米花 筍乾扣肉 豬肉餡餅 高纖蔬菜 酸辣湯(豆芡)	寶島白飯 照燒豬排 藥膳鴨寶鍋 黑糖地瓜球 高纖蔬菜 玉米蛋花湯	寶島白飯 黃金雞翅 番茄炒蛋 起司肉腸 高纖蔬菜 刺瓜湯	黑胡椒鐵板麵 日式豚肉燒 手工蒸餃 洋蔥圈圈 高纖蔬菜 清涼仙草蜜	寶島白飯 碳烤香雞排 蔥爆豬柳 香烤地瓜條 高纖蔬菜 青菜豆腐湯
蛋白質35.1g 脂質26.0g 醣類116.0g 熱量838.4Kcal	蛋白質31.6g 脂質23.5g 醣類116.0g 熱量801.9Kcal	蛋白質38.1g 脂質28.5g 醣類113.5g 熱量862.9Kcal	蛋白質39.6g 脂質29.0g 醣類117.5g 熱量889.4Kcal	蛋白質35.8g 脂質26.5g 醣類116.0g 熱量845.7Kcal

5/25(一)	5/26(二)	5/27(三)	5/28(四)	5/29(五)
寶島白飯 鳳梨豬柳條 南洋咖哩豬 波浪脆薯 高纖蔬菜 日式豚骨湯	寶島白飯 轟炸大雞腿 瓜仔肉燥 美味章魚丸 高纖蔬菜 柴魚豆腐湯	寶島白飯 豉汁豬排 黑胡椒雞丁 海苔甜不辣 高纖蔬菜 金菇肉絲湯	鹹豬肉炒飯 煙燻雞翅 彰化肉圓 麥克雞塊 高纖蔬菜 百香椰果	寶島白飯 鐵路便當排骨 白玉燒雞 香蔥吉拿棒 高纖蔬菜 竹筍大骨湯
蛋白質35.1g 脂質26.0g 醣類116.0g 熱量838.4Kcal	蛋白質31.6g 脂質23.5g 醣類116.0g 熱量801.9Kcal	蛋白質38.1g 脂質28.5g 醣類113.5g 熱量862.9Kcal	蛋白質39.6g 脂質29.0g 醣類117.5g 熱量889.4Kcal	蛋白質38.1g 脂質28.5g 醣類113.5g 熱量862.9Kcal

若飯菜不足 請洽現場服務人員服務 歡迎踴躍訂購 豐成 04-8613339