

臺北市私立復興實驗高級中學

承辦廠商:宏遠食品股份有限公司 HACCP第168號優良廠商  
 地址:新北市五股區五權路54號  
 服務電話:(02)2771-5859 #400  
 營養師:朱家正(營養字第010475號)



113年6月份 餐廳午餐菜單

日期	下餐廳	中式餐點	全額					特色料理	全額					麵食	全額					
			全額	蛋豆	蔬菜	油脂	熱量		全額	蛋豆	蔬菜	油脂	熱量		全額	蛋豆	蔬菜	油脂	熱量	
6/3	一	雙語7.8年級	★椒鹽柳葉魚x3(柳葉魚)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	◎白醬火腿焗烤飯 BBQ烤翅腿x3	4.3	2.5	2.0	2.0	689	部隊鍋 韓式燉肉	5.1	2.1	2.1	2.0	717
6/4	二	8年級	蔥爆肉片(豬肉片)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	◎鮮肉肉圓x5 桂花雞柳	4.3	2.5	2.0	2.0	689	地獄拉麵 ★◎五香虱目魚排	5.1	2.1	2.1	2.0	717
6/5	三	9直升.10.11年級	照燒雞腿(雞腿)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	★◎起司豬排堡 (起司豬排)	4.3	2.5	2.0	2.0	689	紅燒牛肉麵	5.1	2.1	2.1	2.0	717
6/6	四	雙語10.11年級	壽喜燒豬柳(豬柳)	5.5	2.5	2.0	2.3	788	◎清蒸肉圓x5 沙茶雞柳	4.5	2.3	2.0	2.3	701	部隊鍋 ★◎香酥旗魚排	5.3	2.1	2.2	2.1	738
6/7	五	7年級	腰果雞丁(雞骨腿丁+雞清肉丁)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	端午肉粽 古早味豬排	4.3	2.5	2.0	2.0	689	番茄牛肉麵	5.1	2.1	2.1	2.0	717
6/10	一	端午節																		
6/11	二	8年級	五香滷肉(腱肉丁)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	★燒烤雞腿堡 (燒烤雞腿排)	4.3	2.5	2.0	2.0	689	紅燒牛肉麵	5.1	2.1	2.1	2.0	717
6/12	三	9直升.10.11年級	★◎香酥花枝排(花枝排)	5.6	2.3	2.0	2.3	778	奶油絞肉螺旋麵 迷迭香肉柳	4.5	2.3	2.0	2.3	701	部隊鍋 蜜汁雞丁	5.3	2.1	2.2	2.1	738
6/13	四	幼畢業餐會																		
6/14	五	國小畢業餐會																		
6/17	一	雙語7.8.9年級	京醬豬柳(豬柳)	5.6	2.1	2.0	2.3	763	★◎香酥虱目魚排堡 (虱目魚排)	5.4	2.4	2.2	2.3	777	紅燒牛肉麵	5.4	2.3	2.0	2.0	751
6/18	二	8年級	脆皮雞排(雞排)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	青醬絞肉焗烤飯 馬鈴薯燉肉	5.2	2.4	2.3	2.2	761	部隊鍋 ★◎椒鹽蝦排	5.3	2.5	2.0	2.0	759
6/19	三	9直升.10.11年級	柴魚燒肉片(豬肉片)	5.6	2.2	1.6	2.0	747	◎鮮肉肉圓x5 桂花雞柳	5.4	2.2	2.6	2.5	781	什錦豬肉鍋燒意麵 蒲燒鯛魚	5.2	2.4	2.3	2.5	774
6/20	四	雙語10.11年級	三杯雞(雞骨腿丁+雞清肉丁)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	泡菜豬肉焗烤飯	5.4	2.2	2.6	2.5	781	紅燒牛肉麵	5.4	2.2	2.6	2.5	781
6/21	五	7年級	紅燒肉(豬腱肉丁)	5.3	2.5	2.0	2.3	772	★◎黃金花枝排堡 (花枝排)	5.4	2.2	2.6	2.5	781	部隊鍋 柚香雞柳	5.4	2.2	2.6	2.5	781
6/24	一	行政	薑汁燒肉(豬肉片)	5.6	2.3	2.0	2.3	778												
6/25	二	行政	香烤鯛魚(鯛魚)	5.3	2.5	2.0	2.3	772												
6/26	三	行政	香酥雞排(雞排)	5.3	2.5	2.0	2.3	772												
6/27	四	行政	茄汁肉醬筆管麵 ★◎起司豬排(豬排)	5.3	2.5	2.0	2.3	772												
6/28	五	結業式																		

\*豆製品、味噌、玉米皆為非基因改造\*

▲豬肉、牛肉原產地: 台灣▲

\*每餐附1份水果, 每日供應有機蔬菜搭配蒜頭、彩椒等食材增加風味\*

★表示烹調方式為油炸 ◎表示為凍、肉類半成品