

宮保王 歡樂世界 Kung Pao Bowl Tel:02-26519947			107年4月菜單			行政院衛生署HACCP認證合格廠商			編號:109 營養師:張宏名				
地址:台北市南港路三段149巷49弄12號													
日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二		湯	附品					
2	一	義大利茄汁肉醬麵 絞肉、麵、洋蔥-煮	菲力雞排 雞肉(主食材)-燒	雙色花椰 花椰(主食材)-煮	蜜香地瓜條 地瓜(烤)	青菜	巧達濃湯 玉米、奶粉、馬鈴薯-煮	水果	6	2.8	2.9	2	810.5
3	二	胚芽米飯 白米、胚芽米-蒸	日式咖哩豬 豬肉(主食材)、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	噴汁雞肉捲 雞肉-烤	三杯杏鮑菇 杏鮑菇、九層塔(燒)	青菜	綠豆西米露 綠豆、西谷米(煮)		6.5	2.8	2.7	2	836.5
9	一	香Q米飯 白米-蒸	酸甜果香雞丁 雞肉(主食材)、時蔬-燒	香烤鹹豬肉 豬肉-烤	腐皮白菜 腐皮、白菜-炒	青菜	薑絲海芽湯 薑、海芽-煮	水果	6.5	2.7	2.8	1.9	831
10	二	燕麥飯 燕麥、白米-蒸	客家封肉 豬肉(主食材)、筍-燒	田園煙燻雞片 紅蘿蔔(主食材)、芹菜、雞肉-炒	開陽高麗 高麗菜(主食材)、蝦皮-炒	青菜	波霸包心牛奶飲 粉圓、奶粉(煮)		6.5	2.8	2.8	2	841
11	三	風味米糕 糯米、白米-蒸	迷迭香烤雞 雞肉(主食材)-烤	夜市滷味 蛋、豆干-滷	雞汁鮮筍 竹筍、木耳、紅蘿蔔(煮)	青菜	蝦香麵疙瘩 麵疙瘩、大白菜、蝦皮-煮	水果	6.5	2.8	2.8	2.0	841
12	四	香Q米飯 白米-蒸	蔥爆豬柳 豬肉(主食材)、洋蔥-燒	糖醋鱈魚 鱈魚丁、甜不辣(燒)	彩燴大瓜 黃瓜、紅蘿蔔(炒)	青菜	紅蔘玉米湯 紅蘿蔔、玉米(煮)	鮮乳	6.5	2.7	3.0	2.0	842.5
13	五	五穀米飯 五穀米、白米-蒸	海苔里肌豬排 豬肉、海苔粉(燒)	奶香玉米雞 雞肉(主食材)、玉米-煮	鮮菇什錦 菇、時蔬(煮)	青菜	豆腐味噌湯 豆腐-煮		6.5	2.8	2.8	2.0	841
16	一	香Q米飯 白米-蒸	泰式打拋豬 豬肉(主食材)、九層塔-煮	BBQ翅腿 翅小腿-烤	油燬筍片 筍、時蔬(炒)	青菜	芹香米苔目 米苔目、芹菜-煮	水果	6.5	2.8	3.0	2.0	850
17	二	沙茶什錦炒麵 麵、時蔬-炒	紅燒腿排 雞肉(主食材)-燒	▲台式蘿蔔糕 蘿蔔糕-蒸	蒜香菠菜 蒜、菠菜(炒)	青菜	番茄蛋花湯 番茄、蛋-煮		6.4	2.6	2.6	2.3	818
18	三	香Q米飯 白米-蒸	正宗蒙古烤肉 豬肉、時蔬(燒)	★法式菲力魚排 魚肉-炸燒	南洋咖哩 馬鈴薯、紅蘿蔔(煮)	青菜	大滷湯 白菜、紅蘿蔔、時蔬-煮	水果	6.8	2.5	2.8	1.8	835
19	四	紫米飯 紫米、白米-蒸	栗子燒雞 雞肉(主食材)栗子-燒	魚豆腐煲 白菜(主食材)、木耳、紅	涼薯肉絲 涼薯、豬肉(炒)	青菜	肉骨茶湯 排骨、時蔬-煮		6.5	2.8	2.7	1.8	832
20	五	胚芽飯 胚芽米、白米-蒸	骰子豬肉 豬肉(主食材)、時蔬-燒	木耳炒蛋 蛋(主食材)、木耳-炒	豆皮三絲 豆皮(主食材)、紅蘿蔔、芹菜-炒	青菜	紅豆相思湯圓 紅豆、湯圓-煮		6.5	3.0	2.7	1.5	839
23	一	港式臘味煲仔飯 時蔬、白米-炒	炭烤無骨雞排 雞肉-烤	竹筍炒肉絲 豬肉、筍(炒)	蒜拌青花 蒜、花椰菜(煮)	青菜	南瓜濃湯 南瓜、雞蛋、奶粉(煮)	水果	6.7	2.7	2.9	2.0	852
24	二	香Q米飯 白米-蒸	京都蜜汁排骨 豬肉(主食材)-燒	▲海山醬天婦羅 甜不辣(燒)	古早味白苳滷 白菜、木耳、時蔬-滷	青菜	冰糖青蛙下蛋 冰糖、山粉圓-煮		6.5	2.8	2.8	2.0	841
25	三	燕麥飯 燕麥、白米-蒸	★糖醋雞塊 雞肉(主食材)-炸	鹹香瓜仔肉燥 脆瓜、絞肉(主食材)-煮	寬粉高麗 高麗菜、寬粉(煮)	青菜	紫菜蛋花湯 海帶、蛋(煮)	水果	6.7	2.8	2.8	1.9	853
26	四	香Q米飯 白米-蒸	壽喜燒豬肉丼 豬肉(主食材)、洋蔥-燒	泰式檸檬雞翅 雞翅-燒	番茄炒蛋 蛋、番茄(炒)	青菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑-煮	鮮乳	6.5	3	2.7	1.6	842
27	五	糙米飯 糙米、白米-蒸	鐵板羅勒燒雞 雞肉、九層塔、米血糕(燒)	★夜市洋蔥圈 洋蔥圈(炸)	雙色海絲 紅蘿蔔、海絲(炒)	青菜	羅宋湯 高麗菜、番茄-煮		6.5	2.8	2.9	2.1	848
30	一	香Q米飯 白米-蒸	鐵路大排 豬肉(主食材)-燒	玉米雞茸 玉米、雞肉(煮)	紅絲高麗 紅蘿蔔、高麗菜(炒)	青菜	和風味噌湯 海帶、味噌-煮	水果	★搖脆搖薯				
備註：本公司青菜採吉園圃系統以契約耕種，因氣候及採收期等因素本月份當季蔬菜如(小白菜、菠菜、油菜、青江菜、莧白菜)													
主菜種類(次/月)				主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)							
豆類及其製品	魚肉及海鮮		豬肉		雞肉		生鮮食材		▲加工食品		油炸品		甜湯
0次	0次		10次		8次		18次		4次		4次		4次