



富秝餐飲111年6月便當菜單



供應時間：11:00-13:00

日期					6月1日		6月2日			
星期					星期三		星期四			
便當A(65/70元)					線上課程 停止供餐		線上課程 停止供餐			
便當B(65/70元)										
副 菜					1		1			
					2		2			
					3		3			
					單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜		
全穀雜糧類(份)										
豆魚蛋肉類(份)										
蔬菜類(份)										
油脂及堅果種子類(份)										
總熱量(Kcal)										

富秝餐飲有限公司



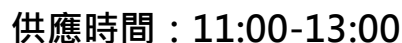
富秝餐飲111年6月便當菜單



供應時間：11:00-13:00

日期 星期	6月6日 星期一		6月7日 星期二		6月8日 星期三		6月9日 星期四		6月10日 星期五	
便當A(70元)	爆炒雞丁 雞肉-80g		滷排骨 豬肉80g		蒸雞排 豬肉80g		醬爆雞丁 雞肉-80g		花瓜炒肉末 豬肉80g	
便當B(70元)	醬爆肉片 豬肉80g		糖醋雞丁 雞肉80g		泡菜肉片 豬肉80g		蒲燒鯛魚 魚肉80g		酥炸花枝排 花枝排肉80g	
副 菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光鮮蔬	1	陽光鮮蔬
	蒜頭 青江菜		蒜頭 高麗菜		蒜頭 鵝白菜		蒜頭 油菜		蒜頭 龍鬚菜	
	2	塔香海帶絲	2	番茄炒蛋	2	南瓜豆腐	2	炒時瓜	2	南瓜枸杞
	海帶絲.九層塔		番茄 雞蛋		南瓜 豆腐		季節瓜類		南瓜.枸杞	
	3	炒胡瓜	3	黑胡椒洋蔥	3	炒豆芽	3	家常豆腐	3	海帶豆乾
	胡瓜 蝦皮		洋蔥 黑胡椒		豆芽.蒜頭		豆腐.木耳.紅蘿蔔		海帶.豆乾	
	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜
全穀雜糧類(份)	5.5	5.5	6	6	5.6	5.6	6	6	5.5	5.5
豆魚蛋肉類(份)	3	3.9	2	2.5	2	2.5	3	3.5	3.3	3.7
蔬菜類(份)	2.2	2.2	2.5	2.5	2.5	2.5	2	2	2	2
油脂及堅果種子類(份)	2.5	3	2.5	3	2.7	3	2.5	3	2.5	2.8
總熱量(Kcal)	777.5	867.5	745	805	726	777	807.5	867.5	795	838.5

富秝餐飲有限公司



富禾餐飲有限公司



富秝餐飲111年6月便當菜單



供應時間：11:00-13:00

日期 星期	6月20日 星期一		6月21日 星期二		6月22日 星期三		6月23日 星期四		6月24日 星期五	
便當A(70元)	梅乾燒肉 豬肉80g		辣炒肉絲 豬肉80g		雪菜炒肉末 豬肉80g		泡菜肉片 豬肉80g		義式炒肉末 豬肉80g	
便當B(70元)	蒲燒鰻魚 魚肉80g		日式雞排 雞肉80g		酥炸蝦捲 蝦捲肉80g		滷雞腿 雞肉80g		辣炒雞丁 雞肉80g	
副 菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光鮮蔬	1	陽光鮮蔬
	蒜頭 青江菜		蒜頭 高麗菜		蒜頭 鵝白菜		蒜頭 油菜		蒜頭 龍鬚菜	
	2	麻婆豆腐	2	炒洋蔥	2	蔬菜甜不辣	2	炒馬鈴薯絲	2	日式蒸蛋
	肉末.豆腐		洋蔥.黑胡椒		甜不辣.蔬菜		馬鈴薯.紅蘿蔔		海帶芽.雞蛋	
	3	南瓜枸杞	3	炒時瓜	3	塔香茄子	3	豆豉豆腐	3	芹菜百頁
	枸杞.南瓜		季節瓜類		茄子.九層塔		豆腐 豆豉		芹菜.百頁豆腐	
	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜
全穀雜糧類(份)	5.5	5.5	6	6	5.6	5.6	6	6	5.5	5.5
豆魚蛋肉類(份)	3	3.9	2	2.5	2	2.5	3	3.5	3.3	3.7
蔬菜類(份)	2.2	2.2	2.5	2.5	2.5	2.5	2	2	2	2
油脂及堅果種子類(份)	2.5	3	2.5	3	2.7	3	2.5	3	2.5	2.8
總熱量(Kcal)	777.5	867.5	745	805	726	777	807.5	867.5	795	838.5

富秝餐飲有限公司



富祿餐飲111年6月便當菜單



供應時間：11:00-13:00

日期	6月27日		6月28日		6月29日		6月30日			
星期	星期一		星期二		星期三		星期四			
便當菜A(70元)	醬燒獅子頭 豬肉80g		魚香肉絲 豬肉80g		蘿蔔燒肉 豬肉80g		辣炒肉絲 豬肉-80g			
便當菜B(70元)	酥炸柳葉魚 魚肉80g		蒲燒鯛魚 魚肉80g		滷雞腿 雞肉80g		酥炸蝦捲 蝦捲肉80g			
副 菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光鮮蔬		
	蒜頭 青江菜		蒜頭 高麗菜		蒜頭 鵝白菜		蒜頭 油菜			
	2	塔香海帶絲	2	蘿蔔雙丁	2	黃瓜貢丸	2	紅蘿蔔炒蛋		
	海帶絲九層塔		紅蘿蔔 白蘿蔔		貢丸黃瓜		紅蘿蔔雞蛋			
	3	燒冬瓜	3	麻婆豆腐	3	日式蒸蛋	3	炒杏鮑菇		
	冬瓜蝦皮		豆腐花椒木耳		海帶芽雞蛋		杏鮑菇紅蘿蔔木耳			
	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜	單主菜	雙主菜		
全穀雜糧類(份)	5.5	5.5	6	6	5.6	5.6	6	6		
豆魚蛋肉類(份)	3	3.9	2	2.5	2	2.5	3	3.5		
蔬菜類(份)	2.2	2.2	2.5	2.5	2.5	2.5	2	2		
油脂及堅果種子類(份)	2.5	3	2.5	3	2.7	3	2.5	3		
總熱量(Kcal)	777.5	867.5	745	805	726	777	807.5	867.5		

富祿餐飲有限公司