



富秝餐飲113年11月特餐菜



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期					11月1日
星期					星期五
特餐菜					香酥排骨 豬肉140g (100元)
副 菜					1 陽光蔬菜
					綠色蔬菜, 蒜頭
					2 炒三絲
					木耳, 紅蘿蔔, 馬鈴薯絲
					3 蝦米冬瓜
					蝦米, 冬瓜
					營養分析
全穀雜糧類(份)					4
豆魚蛋肉類(份)					3
蔬菜類(份)					1
油脂及堅果種子類(份)					3
總熱量(Kcal)					665

備註：生鮮豬肉、豬肉加工品皆為台灣國產豬，重量計算以生肉為準。富秝餐飲有限公司



富秝餐飲113年11月特餐菜單



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期	11月4日		11月5日		11月6日		11月7日		11月8日	
星期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
特餐菜	黑胡椒豬柳 豬肉140g,黑胡椒(90元)		知高飯 豬肉150g,筍絲,百頁 (110元)		香酥小翅腿 雞肉150g(100元)		壽喜燒 豬肉120g,洋蔥 (90元)		雞滷飯 豬肉50g,雞肉90g 鵪鶉蛋4 (100元)	
副 菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光蔬菜	1	陽光鮮蔬	1	陽光蔬菜
	綠色蔬菜,蒜頭		綠色蔬菜,蒜頭		綠色蔬菜,蒜頭		綠色蔬菜,蒜頭		綠色蔬菜,蒜頭	
	2	番茄蛋	2	蝦米冬瓜	2	黑胡椒炒豆芽	2	滷白菜	2	蒸蛋
	雞蛋,番茄		冬瓜,蝦米		豆芽菜,黑胡椒		雞蛋,白菜,木耳		雞蛋	
	3	芹菜炒豆皮	3	蒜炒海茸	3	台式炒冬粉	3	醬燒豆乾丁	3	炒三絲
	豆皮,芹菜		海茸,蒜頭		冬粉,紅蘿蔔		豆乾,紅蘿蔔丁		木耳,紅蘿蔔,馬鈴薯絲	
	營養分析		營養分析		營養分析		營養分析		營養分析	
全穀雜糧類(份)	4		5		5		4		5	
豆魚蛋肉類(份)	3		4		4		4		4	
蔬菜類(份)	1		1		1		1		1	
油脂及堅果種子類(份)	3		2		3		4		3	
總熱量(Kcal)	665		765		810		785		810	

備註：生鮮豬肉、豬肉加工品皆為台灣國產豬，重量計算以生肉為準。富秝餐飲有限公司



富秝餐飲113年11月特餐菜單



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
特餐菜	蒜泥白肉 豬五花120g (90元)	橙汁雞柳 雞肉140g (100元)	香酥排骨 豬肉140g (100元)	香茅肉片 豬肉120g (90元)	紅麴燒肉 豬肉140g (100元)
副 菜	1 陽光鮮蔬	1 陽光蔬菜	1 陽光蔬菜	1 陽光鮮蔬	1 陽光鮮蔬
	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭
	2 蝦皮胡瓜	2 大黃瓜甜不辣	2 豆瓣脆筍	2 炒竹筍絲	2 海帶芽炒蛋
	蝦皮,胡瓜	黃瓜,甜不辣	脆筍,豆瓣醬	竹筍絲	雞蛋,海帶芽
	3 炒海帶絲	3 芹菜炒豆干	3 芹菜百頁	3 鐵板豆腐	3 絲瓜冬粉
	海帶絲,紅蘿蔔絲	芹菜,豆干	百頁豆腐,芹菜	豆腐,黑胡椒,洋蔥	冬粉,絲瓜
	營養分析	營養分析	營養分析	營養分析	營養分析
全穀雜糧類(份)	5	4	5	4	5
豆魚蛋肉類(份)	4	4	4	4	3
蔬菜類(份)	1	1	1	1	1
油脂及堅果種子類(份)	3	2	4	3	3
總熱量(Kcal)	810	695	855	740	735

備註：生鮮豬肉、豬肉加工品皆為台灣國產豬，重量計算以生肉為準。富秝餐飲有限公司



富秝餐飲113年11月特餐菜單



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
特餐菜	知高飯 豬肉150g,筍絲,百頁(110元)	黑胡椒豬柳 豬肉140g,黑胡椒(90元)	糖醋排骨 豬肉150g (100元)	三杯雞 雞肉150g,九層塔(90元)	紅燒五花肉 豬肉140g (90元)
副菜	1 陽光鮮蔬	1 陽光鮮蔬	1 陽光蔬菜	1 陽光鮮蔬	1 陽光鮮蔬
	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭
	2 蝦皮胡瓜	2 紅蘿蔔炒蛋	2 南瓜豆腐	2 彩椒鮑菇	2 炒竹筍絲
	蝦皮,胡瓜	紅蘿蔔,雞蛋	南瓜,豆腐	杏鮑菇,紅椒,青椒,黃椒	竹筍絲
	3 炒海帶絲	3 大黃瓜甜不辣	3 玉米炒蛋	3 塔香茄子	3 鐵板豆腐
	海帶絲,紅蘿蔔絲	黃瓜,甜不辣	玉米,雞蛋	茄子,九層塔,蒜末	豆腐,黑胡椒,洋蔥
	營養分析	營養分析	營養分析	營養分析	營養分析
全穀雜糧類(份)	5	4	5	5	5
豆魚蛋肉類(份)	4	4	4	4	4
蔬菜類(份)	1	1	1	1.5	1
油脂及堅果種子類(份)	2	2	3	3	3
總熱量(Kcal)	765	695	810	822.5	810

備註：生鮮豬肉、豬肉加工品皆為台灣國產豬，重量計算以生肉為準。富秝餐飲有限公司



富秝餐飲113年11月特餐菜單



供應時間：11：00-13：00 取餐時間分別為11點下課時間 12點下課時間) 菜色依季節可能有所變動

日期	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
特餐菜	香酥小翅腿 雞肉150g(100元)	壽喜燒 豬肉120g,洋蔥 (90元)	雞滷飯 豬肉50g,雞肉90g 鵪鶉蛋4 (100元)	蒜泥白肉 豬五花120g (90元)	橙汁雞柳 雞肉140g (100元)
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
	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭	綠色蔬菜,蒜頭
	2 蒸蛋	2 番茄蛋	2 蝦米冬瓜	2 香芹豆乾	2 炒洋蔥
	雞蛋	雞蛋,番茄	冬瓜,蝦米	豆乾,芹菜	洋蔥,紅蘿蔔絲
	3 炒三絲	3 芹菜炒豆皮	3 蒜炒海茸	3 麻婆杏鮑菇	3 榨菜豆乾
	木耳,紅蘿蔔,馬鈴薯絲	豆皮,芹菜	海茸,蒜頭	杏鮑菇,花椒,蔥花,番茄醬	豆乾,榨菜
	營養分析	營養分析	營養分析	營養分析	營養分析
全穀雜糧類(份)	5	5	5	4	5
豆魚蛋肉類(份)	4	4	4	3	4
蔬菜類(份)	1	1	1	1	1
油脂及堅果種子類(份)	3	3	3	2	2.5
總熱量(Kcal)	810	810	810	620	787.5

備註：生鮮豬肉、豬肉加工品皆為台灣國產豬，重量計算以生肉為準。富秝餐飲有限公司