

久翔 15年10月素食菜單

地址：新北市樹林區武街16-1號 服務電話：02-86753021

HQCCD素食產品

營業時間：週一至週五 營業時間：9:30-18:00

營業時間：週六、日 營業時間：9:30-18:00

營業時間：週一至週五 營業時間：9:30-18:00

營業時間：週六、日 營業時間：9:30-18:00

營業時間：週一至週五 營業時間：9:30-18:00

營業時間：週六、日 營業時間：9:30-18:00

營業時間：週一至週五 營業時間：9:30-18:00

日期	星期	主餐	主菜				蔬菜	湯品	附餐	蛋類	豆類	魚類	肉類
1	四	客家炒粿條 粿條+豆芽菜+素肉絲+時蔬	栗子黑干 黑豆干+栗子-煮	鮮蔬花椰 花椰菜+時蔬-煮	芹炒甜不辣 芹菜+素甜不辣-炒	椒鹽地瓜 地瓜+鮑菇+時蔬-炒	炒地瓜葉 地瓜葉-炒	蘿蔔油腐湯 蘿蔔+油豆腐		5.3	2.4	2.3	2.4
2	五	燕麥飯 白米+燕麥	咖哩豆腐 豆腐+菇+紅蘿蔔+咖哩-煮	藥膳高麗 高麗菜+木耳-煮	茶葉滷蛋 去殼雞蛋(X1)+香菇-滷	絲瓜冬粉 絲瓜+冬粉-煮	芝麻包 芝麻包(X1)-蒸	肉骨茶湯 菇+肉骨茶包	無糖豆漿	5.1	2.5	2.2	2.3
5	一	地瓜飯 白米+地瓜	五更凍豆腐 凍豆腐+豆皮+酸菜-煮	腰果豆薯 豆薯+紅蘿蔔+毛豆仁+腰果-煮	蠔油香竹腸 香竹腸+彩椒+素蠔油-煮	素菜包 素菜包(X1)-蒸	西芹百合 鮑菇+西芹+木耳+百合-炒	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		5.2	2.5	2.1	2.5
6	二	香椿義大利麵 義大利麵+素絞肉+時蔬+玉米+香椿醬	清蒸蔬菜捲 蔬菜捲(X1)-蒸	木須花椰 花椰菜+木耳-煮	關東煮 油豆腐+素丸子+海帶結-煮	彩椒鮑菇 小黃瓜+鮑菇+彩椒-炒	蓮子南瓜 南瓜+蓮子-蒸	味噌苦瓜湯 苦瓜+白蘿蔔+味噌	水果	5.3	2.3	2.2	2.4
7	三	白飯 白米	玉米豆腐 豆腐+玉米-煮	焗烤茄汁洋芋 洋芋+番茄+毛豆仁+起司-烤	醬炒素肚 素肚+青椒-炒	蠔油茄子 茄子+素蠔油-煮	炒芥藍菜 芥藍菜+木耳-炒	麵線湯 麵線+筍+時蔬		5.4	2.5	2.2	2.3
8	四	五穀飯 白米+五穀米	糯米椒干片 豆干+糯米椒-炒	塔香海根 海帶根+九層塔-煮	木耳燒麵輪 麵輪+木耳+時蔬-燒	什錦山藥 洋芋+山藥+小黃瓜+百果-煮	枸杞冬瓜 冬瓜+枸杞-煮	鮮菇玉米湯 玉米+菇		5.4	2.4	2.2	2.2
9	五	~雙十節放假~											
12	一	香菇油飯 白米+糯米+麵輪+香菇	素燻茶鵝 燻茶鵝(X2)-燒	鮮菇冬瓜 冬瓜+香菇-煮	木須豆腸 豆腸+小黃瓜+木耳-炒	韓式年糕 年糕+地瓜+芝麻-煮	炒紅鳳菜 紅鳳菜+薑-煮	榨菜竹筍湯 筍+榨菜	藍莓夾心麵包	5.2	2.5	2.1	2.5
13	二	胚芽飯 白米+胚芽米	芹炒干片 豆干+芹菜-炒	薑絲地瓜葉 地瓜葉-炒	番茄麵筋 麵筋+番茄-煮	脆炒筍白筍 筍白筍+時蔬-炒	芋泥包 芋泥包(X1)-蒸	海芽針菇湯 金針菇+海帶芽	水果	5.3	2.4	2.3	2.4
14	三	芝麻飯 白米+芝麻	醬炒麵腸 麵腸+鮑菇-炒	白菜滷 白菜+紅蘿蔔+香菇-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔-炒	玉米素蝦仁 玉米+素蝦仁+紅蘿蔔+毛豆仁-煮	地三鮮 地瓜+茄子+青椒-炒	米粉湯 米粉+高麗菜		5.4	2.3	2.2	2.2
15	四	薏仁飯 白米+洋薏仁	芝麻烤麩 烤麩+木耳+時蔬+芝麻-燒	清炒鮮筍 筍+彩椒+香菇-炒	毛豆干丁 豆干丁+小黃瓜+毛豆仁-炒	椰香芋頭 芋頭+椰奶-煮	紅片花椰 花椰菜+紅蘿蔔-煮	時瓜枸杞湯 時瓜+枸杞		5.3	2.5	2.2	2.3
16	五	白飯 白米	三杯豆腐煲 豆腐+鮑菇+九層塔-煮	螞蟻上樹 冬粉+油片絲+豆芽菜+芝麻-煮	芹香福州丸 素福州丸+豆薯+芹菜-煮	芝香秋葵 秋葵+芝麻-煮	雲耳高麗 高麗菜+木耳+時蔬-煮	羅宋湯 洋芋+番茄	保久乳	5.4	2.3	2.1	2.4
19	一	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	酸菜素肚 素肚+酸菜-炒	彩椒花椰 花椰+彩椒-煮	瓦片豆干 豆干+杏仁片-炒	清蒸南瓜 南瓜+白木耳+紅棗-蒸	豆芽三絲 豆芽菜+紅蘿蔔+時蔬-煮	青木瓜湯 青木瓜+紅蘿蔔		5.2	2.5	2.2	2.4
20	二	白飯 白米	快炒百頁 百頁豆腐+紅蘿蔔-炒	焗烤咖哩洋芋 洋芋+紅蘿蔔+毛豆仁+咖哩+起司-烤	紅燒麵輪 麵輪+蘿蔔+番茄-煮	梅菜苦瓜煮 苦瓜+梅菜-煮	炒皇宮菜 皇宮菜+菇-炒	玉米昆布湯 玉米+昆布	水果	5.3	2.3	2.2	2.4
21	三	麥片飯 白米+麥片	滷蘭花干 蘭瓜干+蘿蔔-滷	蓮子山藥 山藥+蓮子+枸杞-煮	髮菜豆腐羹 豆腐+髮菜-煮	海帶捲 海帶捲(X1)-滷	彩椒花椰 花椰菜+彩椒-煮	香菇鮮蔬湯 高麗菜+香菇		5.2	2.3	2.3	2.4
22	四	家常麵疙瘩 麵疙瘩+高麗菜+時蔬	清蒸素魚 素魚排(X1)-蒸	木須筍片 筍+木耳-煮	鮮菇油腐 油豆腐+鮑菇-煮	蜜糖地瓜 地瓜+芝麻-炒	豆沙包 豆沙包(X1)-蒸	鮮菇味噌湯 金針菇+海帶芽+味噌		5.2	2.4	2.2	2.5
23	五	糙米飯 白米+糙米	麻婆豆腐 豆腐+素絞肉+毛豆仁-煮	白菜滷 白菜+紅蘿蔔-煮	油片紅絲 油片絲+紅蘿蔔-炒	酸甜蓮藕 蓮藕+芝麻-煮	枸杞地瓜葉 地瓜葉+枸杞-煮	時瓜鮮菇湯 時瓜+菇	章Q回饋無糖豆漿	5.2	2.5	2.3	2.4
26	一	~光復紀念日放假~											
27	二	紅藜蔬食炒飯 白米+紅藜麥+玉米+菇+時蔬	梅汁素雞 素雞丁+小黃瓜+梅醬-煮	雙色花椰 花椰菜+彩椒-炒	芹炒干片 豆干+芹菜+紅蘿蔔-炒	海苔馬鈴薯 馬鈴薯+海苔-烤	鮮菇豆苗 豆苗+香菇-煮	枸杞冬瓜湯 冬瓜+枸杞	水果	5.2	2.5	2.2	2.5
28	三	蕎麥飯 白米+蕎麥	滷黑豆干 黑豆干-滷	鮮菇高麗 高麗菜+香菇+時蔬-煮	番茄炒蛋 雞蛋+番茄-炒	素蘿蔔糕 素蘿蔔糕(X1)-蒸	薑絲皇宮菜 皇宮菜+時蔬+薑-炒	海芽豆腐湯 豆腐+海帶芽		5.2	2.3	2.3	2.4
29	四	白飯 白米	五更豆腐 凍豆腐+金針菇+酸菜-煮	蒸南瓜 南瓜+白木耳-蒸	豆皮時瓜 時瓜+豆皮-煮	玉兔包 玉兔包(X1)-蒸	泡菜炒菇 白菜+泡菜+菇-煮	蘿蔔玉米湯 白蘿蔔+玉米		5.4	2.5	2.4	2.4
30	五	紫米飯 白米+紫米	糖醋豆干 豆干+芝麻-燒	棗香芋頭 芋頭+紅棗-蒸	塔香海根 海帶根+九層塔-煮	炒紅鳳菜 紅鳳菜-炒	清炒竹筍 筍+紅蘿蔔-炒	馬鈴薯湯 洋芋+紅蘿蔔+豆漿		5.4	2.4	2.3	2.4

☆本公司未使用輻射污染食品☆
☆全面使用非基改食材☆

