

食家安飲食文化股份有限公司
112年8+9月份食材表

日期	菜餚名稱	食材明細	加工食品 (製造廠商)	烹調流程 方法
30(三)	有機飯	有機米		蒸
	日式咖哩豬	CAS肉片+Q馬鈴薯中丁+Q洋蔥中丁+Q紅蘿蔔中丁		煮
	★椒鹽炸雞X3	無骨鹽酥雞		煮
	蒜炒高麗	TAP高麗菜片+Q紅蘿蔔絲+蒜碎		燙
	台北有機	台北有機小松葉		燙
	紅豆紫米粥	TAP紅豆+黑糯米		煮
	水果	水果		
31(四)	燕麥飯	履歷白米+燕麥		蒸
	照燒雞	CAS骨腿丁+Q洋蔥中丁+Q去皮南瓜中丁+蔥段		煮
	豆干炒肉	豆干片+CAS肉絲+Q紅蘿蔔絲+Q芹菜段		炒
	◎培香四季	TAP四季豆+CAS碎培根+Q冷凍地瓜泥+蒜碎		滷
	台北有機	台北有機空心菜		燙
	什錦豚骨湯	Q山東大白菜粗條+CAS龍骨切+Q鴻喜菇+Q美白菇		煮
01(五)	蒜香烏龍麵	烏龍麵+Q清胸絞肉+Q紅蘿蔔小丁+洋菇片罐+蒜碎		煮
	香滷豬排X1	CAS蒜味大排		煮
	家常豆腐	薄豆腐切絲+CAS雞絞肉+Q紅椒小丁+蔥花		炒
	時令鮮瓜	TAP冬瓜大丁+Q金滑菇+Q紅蘿蔔片+Q木耳片		煮
	台北有機	台北有機黑葉白菜		燙
	香菇雞湯	CAS翅丁+Q生香菇絲+嫩薑絲		煮
04(一)	麥片飯	履歷白米+麥片		蒸
	蒜香燉雞	CAS骨腿丁+Q杏鮑菇中丁+Q黃椒中丁+Q小朵香菇+蒜仁		煮
	鵝蛋滷味	大溪黑豆干+海帶結+Q鵝蛋+酸菜絲		滷
	清爽脆瓜	Q大黃瓜厚片+Q紅蘿蔔絲+乾木耳絲		煮
	台北青菜	油菜切段		燙
	麵線羹	脆筍絲20斤+紅麵線+CAS肉絲+絞蒜		煮
05(二)	糙米飯	履歷白米+糙米		蒸
	◆沙茶魚	CAS水鯊丁+Q刈薯中丁+Q西芹斜片+蔥段		煮
	壽喜燒豬	CAS肉片+Q山東大白菜粗片+Q紅蘿蔔片		煮
	鮮蔬炒筍	Q竹筍粗條+Q紅蘿蔔絲+乾木耳絲		煮
	台北青菜	青江菜段		燙
	小魚味噌湯	薄豆腐切絲+小魚干		煮
06(三)	有機飯	有機米		蒸
	蜜香豬排X1	CAS黑蜜里肌		煮
	奶油南瓜雞	CAS骨腿丁+Q洋蔥中丁+Q紅椒中丁+Q帶皮南瓜小丁		煮
	香炒高麗	TAP高麗菜片+Q紅蘿蔔絲+蒜碎		燙
	台北有機	台北有機荷葉白菜		燙
	花生麥片湯	麥片+蜜花生		煮
	水果	水果		
07(四)	特製義大利麵	義大利麵+Q紅蘿蔔小丁		煮
	嫩汁雞排X1	CAS雞排5		煮
	番茄肉醬	CAS豬絞肉+Q蕃茄中丁+Q洋蔥小丁		煮
	雙色花椰	CAS青花菜+CAS白花菜+Q紅椒中丁		滷
	台北有機	台北有機空心菜		燙
	玉米濃湯	冷凍玉米粒+Q洋蔥小丁+Q紅蘿蔔小丁		煮
08(五)	胚芽飯	履歷白米+胚芽米		蒸
	栗子燒雞	CAS骨腿丁+冷凍栗子+Q刈薯中丁+香菇絲		煮
	豬肉豆皮	CAS豬絞肉+Q馬鈴薯小丁+角螺豆皮+Q紅蘿蔔小丁		煮
	芝香芽菜	有機綠豆芽+Q紅蘿蔔絲+乾海芽		炒
	台北有機	台北有機黑葉白菜		燙
	榨菜肉絲湯	家岳淡榨菜絲+Q竹筍粗絲+CAS肉絲		煮
11(一)	薏仁飯	履歷白米+薏仁		蒸
	鐵板炒豬	CAS豬柳+Q洋蔥粗條+蔥段		煮
	和風蒸蛋	CAS液蛋+乾海芽		蒸
	彩蔬海絲	海帶絲+Q金針菇+Q紅蘿蔔絲		煮
	台北青菜	油菜切段		燙

	薏仁雞湯	CAS翅丁+ 大薏仁+ Q馬鈴薯小丁		煮
12(二)	招牌油飯	糯米+ CAS肉絲+ 紅蔥片+ 開陽+ 香菇絲		蒸
	★香酥雞翅X1	CAS三節翅W7		煮
	◎紅燒獅子頭X1	CAS獅子頭+Q山東大白菜粗條	津谷	煮
	蕈菇花椰	TAP青花菜+ Q杏鮑菇中丁+ Q紅椒中丁		滷
	台北青菜	青江菜段		燙
	鮮蔬肉絲湯	Q結頭菜小丁+CAS肉絲+ Q紅蘿蔔小丁		煮
13(三)	有機飯	有機米		蒸
	梅干扣肉	CAS肉角+ 箍干20斤+梅乾菜		滷
	螞蟻上樹	碎豆干丁+ Q綠豆芽+ CAS豬絞肉+ 龍口冬粉		炒
	奶香薯丁	Q馬鈴薯小丁+ Q紅蘿蔔小丁+ TAP毛豆仁+ Q洋蔥泥		煮
	台北有機	台北有機荷葉白菜		燙
	鮮瓜排骨湯	Q冬瓜中丁+CAS龍骨切+ 嫩薑絲		煮
	水果	水果		
14(四)	燕麥飯	履歷白米+ 燕麥		蒸
	蒜香豬排X1	CAS蒜味大排		煮
	瓜仔雞	CAS雞絞肉+Q生香菇小丁+ 花瓜碎+ 蒜碎		煮
	田園蔬菜	CAS玉米粒+Q刈薯小丁+ Q紅椒小丁+ 紅藜		炒
	台北有機	台北有機空心菜		燙
	什錦蔬菜湯	Q高麗菜粗條+ CAS肉絲+ Q紅蘿蔔粗絲+ 乾木耳絲		煮
15(五)	小米飯	履歷白米+ 小米		蒸
	腐乳炒豬	CAS肉片+ Q馬鈴薯中丁+ Q紅蘿蔔片+ 蔥段		煮
	麻婆豆腐	薄豆腐中丁+ CAS豬絞肉+蒜碎+ 蔥花		炒
	清燒鮮瓜	TAP大黃瓜厚片+ Q金滑菇+Q木耳片+ Q紅蘿蔔片		煮
	台北有機	台北有機黑葉白菜		燙
	冬瓜山粉圓	冬瓜糖+山粉圓		煮
18(一)	麥片飯	履歷白米+ 麥片		蒸
	◎三杯雞	CAS骨腿丁+ CAS米血丁+ 九層塔葉+薄薑片	如記	煮
	★虱目魚條X2	Q裹粉虱目魚肉條		煮
	芝麻海結	海帶結+ Q金針菇+ 熟白芝麻		煮
	台北青菜	油菜切段		燙
	海芽味噌湯	薄豆腐切絲+乾海芽		煮
19(二)	糙米飯	履歷白米+ 糙米		蒸
	黑胡椒豬肉	CAS豬柳+ Q洋蔥粗條+Q紅蘿蔔絲		煮
	鮮瓜炒蛋	CAS液蛋+ 胡瓜絲+Q金針菇+ Q紅椒中丁		炒
	燉煮蘿蔔	Q白蘿蔔中丁+Q紅蘿蔔中丁+ TAP毛豆仁+ 薑片+ 蒜碎		煮
	台北青菜	青江菜段		燙
	玉米湯	冷凍玉米粒+ Q鴻喜菇+Q紅蘿蔔小丁		煮
20(三)	有機飯	有機米		蒸
	香滷豬排X1	CAS嘉香大排		煮
	蒲燒雞	CAS骨腿丁+ TAP青花菜+熟白芝麻		煮
	大醬芽菜	Q黃豆芽+Q紅蘿蔔絲+ 乾木耳絲		炒
	台北有機	台北有機荷葉白菜		燙
	金針肉絲湯	金針+CAS肉絲+ 竹筍絲+ 嫩薑絲		煮
	水果	水果		
21(四)	DIY台南擔仔麵	烏龍麵+ Q黃豆芽+ 韭菜段		煮
	翅小腿X2	CAS翅小腿		煮
	肉燥豆干	CAS豬絞肉+ 碎豆干丁+ 紅蔥碎+香菇絲		煮
	清炒花椰	CAS青花菜+ CAS白花菜+ Q紅椒小丁		滷
	台北有機	台北有機空心菜		燙
	綠豆薏仁湯	綠豆+ 薏仁		炒
22(五)	胚芽飯	履歷白米+胚芽米		蒸
	安東燉雞	CAS骨腿丁+ Q馬鈴薯大丁+ Q紅蘿蔔片+ 洋蔥絲+ 蒜仁+ 蔥段+熟白芝麻		煮
	泡菜年糕	Q山東大白菜粗片+ 寧波年糕+韓式泡菜+ CAS肉絲+ 蔥花+ 熟白芝麻		煮
	什錦高麗	TAP高麗菜片+ Q紅蘿蔔絲		滷
	台北有機	台北有機黑葉白菜		燙
	薑絲紫菜湯	CAS肉絲+ 韓國紫菜+嫩薑絲		煮
	履歷豆漿	豆漿		
23(六)	小米飯	履歷白米+小米		蒸
	醃翻滷肉	CAS肉角+ Q白蘿蔔中丁+ Q小朵香菇+Q紅蘿蔔中丁		煮
	吻魚燴豆腐	嫩油丁+吻仔魚+ Q金針菇+ TAP毛豆仁		炒

	香甜玉米	Q玉米段+ Q白蘿蔔中丁+ Q紅蘿蔔小丁+ TAP毛豆仁		炒
	台北青菜	福山萵苣切段		燙
	羅宋湯	Q蕃茄中丁+ Q洋蔥中丁+ 洋菇片罐+ Q西芹小丁		煮
25(一)	薏仁飯	履歷白米+薏仁		蒸
	清蒸鮮魚	CAS水鯊魚片+ Q刈薑粗條0.7cm		煮
	南洋咖哩雞	CAS骨腿丁+ Q馬鈴薯中丁+ Q洋蔥中丁+ Q紅蘿蔔中丁		煮
	時蔬燴筍	Q竹筍粗條+ Q紅蘿蔔絲+ 乾木耳絲		煮
	台北青菜	油菜切段		燙
	芹香米粉湯	細潔米粉+ CAS肉絲+ Q芹菜珠		煮
26(二)	什錦炊飯	履歷白米+ CAS肉絲+ 高麗菜粗絲+ Q去皮南瓜絲+ 香菇絲		煮
	中秋柚香豬排X1	CAS御賞豬排		煮
	玉米炒蛋	冷凍玉米粒+ CAS液蛋		炒
	翠炒白菜	Q山東大白菜粗片+ Q紅蘿蔔絲+ 乾木耳絲		滷
	台北青菜	青江菜段		燙
	酸辣湯	薄豆腐切絲+ 脆筍絲20斤+ Q紅蘿蔔絲+ 乾木耳絲		滷
27(三)	有機飯	有機米		蒸
	蔥油雞	CAS骨腿丁+ Q玉米筍切段+ 紅椒小丁+ Q小朵香菇+ Q紅椒小丁+ 蒜碎+ 蔥段		煮
	筍干滷豆腐	筍干+ 三角油豆腐+ 梅乾菜		煮
	鮮蔬燴瓜	TAP扁蒲粗條+ Q紅椒細絲+ 蒜末		煮
	台北有機	台北有機荷葉白菜		燙
	番薯西米露	Q地瓜小丁+ 椰奶+ 西谷米		煮
	水果	水果		
28(四)	燕麥飯	履歷白米+ 燕麥		蒸
	BBQ豬肉	CAS肉片+ Q洋蔥粗條+ Q紅椒粗條		煮
	◎椒鹽花枝丸X2	CAS魷魚丸	源鴻億	煮
	香燜條豆	TAP四季豆+ Q洋蔥粗條+ 蒜碎		滷
	台北有機	台北有機空心菜		燙
	肉骨茶湯	Q山東大白菜粗條+ CAS龍骨切+ Q金針菇		