



※本公司菜單開立皆符合四章-Q主要食材規範
全面使用非基因改造食材，敬請安心食用

地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：蔡孟容(營養字號6863) 包宇敏(營養字號8866) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物1億產品責任險

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	附餐	全蛋 雞蛋	豆魚 肉蛋	蔬菜	油類	熱量	
2/21	三	胚芽米飯	梅香嫩雞 雞肉、鮮蔬-燒	酢醬滷蛋 雞蛋、非基改豆乾丁、豬肉-煮	產銷履歷蔬菜	雙菇薑絲湯 菇	5	2.8	2.2	2.5	728	
2/22	四	白飯	洋芋咖哩豬 豬肉、洋芋、紅蘿蔔-煮	堅果玉米 非基改玉米、鮮蔬、堅果-煮	有機蔬菜	味噌豆腐湯 非基改豆腐、味噌	水果	5.1	2.6	2.4	725	
2/23	五	紫米飯	三杯雞 雞肉、九層塔-燒	拿坡里肉醬 番茄、豬肉-煮	吉園圃蔬菜	鮮筍肉片湯 豬肉、筍	5.3	2.6	2.2	2.3	725	
2/26	一	白飯	和風粟香豬 豬肉、栗子-煮	番茄炒蛋 番茄、雞蛋-炒	吉園圃蔬菜	養生雞湯 雞肉、鮮蔬、枸杞	5.2	2.6	2.3	2.5	729	
2/27	二	什錦炒飯	蜜汁烤雞排 雞肉-燒	美式薯球 薯球-炸(4個)	玉筍椰菜 花椰菜、玉米筍-炒	綠豆西米露 西谷米、綠豆	水果	5.1	2.6	2.2	2.4	715
3/1	四	白飯	糖醋肉 豬肉、鮮蔬-燒	芋丁雞蓉 非基改玉米、芋頭、雞肉-炒	有機蔬菜	脆筍雞湯 雞肉、筍	水果	5.3	2.7	2.1	739	
3/2	五	薏仁飯	古早味瓜仔雞 雞肉、南瓜-煮	港式燒賣 燒賣-蒸(2個)	吉園圃蔬菜	清燉菜頭湯 蘿蔔、芹菜	5.2	2.6	2	2.4	717	
5	一	五穀飯	芋香燜肉 豬肉、芋頭-燒	翠瓜麵筋 小黃瓜、麵筋、花生	雲耳花椰 花椰菜、木耳-炒	九份芋圓湯 芋圓	5.1	2.7	2.2	2.4	723	
6	二	白飯	椰漿咖哩雞 雞肉、洋芋、鮮蔬、椰奶-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	產銷履歷蔬菜	味噌海芽湯 海帶芽、味噌	水果	5.1	2.7	2	2.5	722
7	三	紅藜飯	鮮蔬燒肉 豬肉、鮮蔬-炒	三杯杏鮑菇 筍、菇、九層塔-燒	產銷履歷蔬菜	養氣蔬菜湯 高麗菜、鮮蔬、枸杞	5.1	2.8	2	2.5	730	
8	四	白醬燉飯	嫩汁烤雞腿 雞肉-烤	起司球 起司球-炸(2個)	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、馬鈴薯	水果	5.1	2.6	2.2	2.4	715
9	五	薏仁飯	檸檬打拋肉片 豬肉、九層塔、檸檬汁-炒	客家水晶餃 蘿蔔、香菇、水晶餃-燒	吉園圃蔬菜	薑味冬瓜湯 冬瓜、薑	5.2	2.6	2.1	2.4	720	
12	一	白飯	南瓜奶香燴雞 雞肉、南瓜、馬鈴薯-煮	蒜炒甘藍 高麗菜、蒜-炒	海苔干貝燒 花椰菜、干貝-炒	大滷湯 筍、木耳、非基改豆腐	5.3	2.6	2.2	2.4	729	
13	二	地瓜飯	叉燒肉 豬肉-燒	番茄炒蛋 番茄、雞蛋-炒	產銷履歷蔬菜	玉米濃湯 非基改玉米、馬鈴薯、雞蛋	水果	5.2	2.5	2.1	2.5	717
14	三	白飯	蔥燒雞肉 雞肉、鮮蔬-燒	蛋酥西滷肉 白菜、鮮蔬、豬肉、蛋酥、蝦米-煮	產銷履歷蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜、豬肉	5.1	2.6	2.3	2.5	722	
15	四	香鬆飯 【蔬食日】	蒸蛋 雞蛋-蒸	砂鍋油豆腐 非基改油豆腐、寬冬粉、紅蘿蔔-燒	有機蔬菜	地瓜包心圓湯 地瓜、包心圓	水果	5.2	2.7	2	2.5	729
16	五	白飯	番茄薑菇肉醬 番茄、菇、豬肉-燒	卡拉雞腿排 雞肉-炸	吉園圃蔬菜	日式豆腐湯 非基改豆腐、蘿蔔	5.1	2.8	2.1	2.4	728	
19	一	番茄貝殼麵	椒鹽豬排 豬肉-燒	甜蝦總匯 非基改玉米、紅蘿蔔、蝦仁-炒	吉園圃蔬菜	珍珠奶茶 珍珠	5.2	2.7	2	2.5	729	
20	二	白飯	蜜汁燒雞 雞肉、鳳梨-燒	南洋咖哩肉丸 小獅子頭、洋芋、紅蘿蔔-燒	產銷履歷蔬菜	海結排骨湯 海帶結、豬肉	水果	5.3	2.6	2	2.5	729
21	三	南瓜飯	五香滷蹄膀 豬肉、蘿蔔-煮	螞蟻上樹 高麗菜、粉絲、鮮蔬、豬肉-炒	產銷履歷蔬菜	福菜雞湯 酸菜、雞肉	5.1	2.8	2.2	2.5	735	
22	四	白飯	普羅旺斯燉雞 雞肉、番茄、馬鈴薯-煮	蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔、雞蛋-炒	有機蔬菜	豚肉味噌湯 豬肉、鮮蔬、味噌	水果	5.2	2.5	2.1	2.4	712
23	五	紫米飯	京都排骨 豬肉、鮮蔬-燒	貢丸肉燥 非基改豆乾丁、豬肉、貢丸、碎瓜-煮	吉園圃蔬菜	青木瓜雞湯 雞肉、青木瓜	5.1	2.8	2	2.5	730	
26	一	白飯	脆皮雞排 雞肉-炸	紅燒大根 蘿蔔、麵輪-煮	野菜蝦味球 花椰菜、蝦味球-炒	裙帶蛋花湯 雞蛋、海帶芽	5.1	2.7	2.2	2.3	718	
27	二	麥片飯	三杯豬 豬肉、九層塔-燒	洋芋什錦 洋芋、非基改玉米、鮮蔬-炒	產銷履歷蔬菜	菜脯雞湯 雞肉、鮮蔬、菜脯	水果	5.3	2.6	2	2.4	724
28	三	芝麻飯	紅麴燒雞 雞肉-燒	古早味香菇炸醬 非基改豆乾、香菇、豬肉-煮	產銷履歷蔬菜	義式洋蔥湯 洋蔥、番茄、鮮蔬	5.1	2.6	2.1	2.5	717	
29	四	青醬義大利麵	梅林醬豬排 豬肉-燒	酥皮餡餅 小餡餅-烤(2個)	有機蔬菜	紅豆粉粿湯 紅豆、粉粿	水果	5.3	2.7	2.2	2.5	741
30	五	玉米飯	胡麻醬雞丁 雞肉、紅蘿蔔-煮	酸菜白肉 白菜、鵝蛋、豬肉、鮮蔬-燒	吉園圃蔬菜	關東煮湯 非基改油豆腐、蘿蔔	5.1	2.5	2.2	2.3	703	
31	六	白飯	筍乾燻肉 豬肉、筍乾-煮	南瓜炒蛋 南瓜、雞蛋-炒	吉園圃蔬菜	和風燉菜湯 白菜、鮮蔬、柴魚	5.2	2.3	2.2	2.5	710	

→本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用~!

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
蛋類	魚肉 及 海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食材	生鮮食材	調理食材	油炸品	甜湯
1次	0次	14次	13次	28次	0次	23次	5次	4次	5次