



上將 中央餐廳

中山國小 107年11月

*本公司全用使用非基因改造玉米及豆製品,嚴禁使用*本菜單含有:花生、奶製品、蛋及蛋製品、芝麻、葵花籽及燕麥製品、堅果類及燕麥製品、含麩蛋白之穀物、大豆及其製品、鱈魚等海產類,不適合其他過敏體質者食用**消費者服務專線:(02)2796-9305 傳真:(02)2276-3774 e-mail:shogun06@gmail.com◎營養師:林美瑛(營養字第006713)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	入 品 數 (份)	五 元 內 (份)	特 約 (份)	法 明 (份)	單 價 (份)	單 價 (份)	
1	四	白飯 白米	蜂蜜咖哩豚肉 洋葱,洋芋,豬肉-煮	阿薩姆紅茶滷蛋 雞蛋,蘿蔔,油豆腐-煮	有機蔬菜	金針排骨湯 金針花,排骨	水果	4.7	2.7	2	2.6	1	721
2	五	薏仁飯 薏仁,白米	和風醬雞肉 雞肉,蔬菜-燒	義式莎莎醬 貢丸 洋葱,番茄,貢丸-煮	產銷履歷	酸辣湯 金針菇,肉絲,豆腐		4.6	2.7	2	2.6	0	705
5	一	白飯 白米	美式 烤雞腿 雞腿-烤	起司洋芋歐姆蛋 洋芋,玉米,雞蛋,青豆-炒	吉園圃	香菇雞湯 香菇,雞肉,蘿蔔		4.7	2.6	2.1	2.5	0	716
6	二	小米飯 小米,白米	炸豬肉酥 豬肉-炸 每人4塊	奶香 南瓜燉魚蛋 南瓜,魚蛋,青豆-煮	產銷履歷	紫菜湯 紫菜,雞蛋,蔬菜	水果	4.7	2.8	2.0	2.5	1	715
7	三	地瓜飯 地瓜,白米	醬燒雞肉 雞肉-煮	黃瓜豆雞 豆雞片,絞肉,小黃瓜-煮	吉園圃	蝦香河粉湯 豆芽菜,豬肉,河粉,蝦皮		4.6	2.8	2	2.5	0	717
8	四	雞肉 拌飯 雞肉,蔬菜,米	迷迭香豬排 迷迭香,豬排-燒	炸麥克雞塊 麥克雞塊-炸 每人2個	有機蔬菜	日式味噌湯 味噌,豆腐,洋葱	水果	4.6	2.8	1.7	2.5	1	714
9	五	白飯 白米	鳳梨鴨 鳳梨,鴨肉-煮	蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	產銷履歷	甜湯QQ圓 芋圓,地瓜圓		4.6	2.8	2	2.5	0	717
12	一	燕麥飯 燕麥,白米	梅汁燉豬肉 豬肉,鮑菇-煮	烤肉醬玉米燒雞 玉米,豆腸,雞肉-煮	吉園圃	青蔥蛋花湯 青蔥,雞蛋,蔬菜		4.6	2.8	1.7	2.5	0	714
13	二	肉醬 義大利麵 絞肉,義大利麵,蔬菜	烤棒棒腿 棒棒腿-烤 每人2隻	炭烤香腸 香腸-烤	產銷履歷	玉米濃湯 玉米,蘿蔔,蛋	水果	4.6	2.8	2	2.5	1	717
14	三	麥片飯 麥片,白米	京醬里肌 豬肉,蔬菜-燒	韓式凍豆腐 凍豆腐,白菜,蔬菜-煮	吉園圃	菜脯燉雞湯 菜脯,雞肉,蘿蔔		4.7	2.8	2	2.6	0	715
15	四	白飯 白米	芋香雞肉 雞肉,芋頭,毛豆-燒	番茄歐姆蛋 番茄,雞蛋,麵疙瘩,洋葱-炒	有機蔬菜	仙草蜜 仙草	水果	4.7	2.8	2	2.6	1	715
16	五	糙米飯 糙米,白米	黑胡椒豬肉 豬肉,洋葱,蔥-煮	柴香 味噌竹輪滷味 蘿蔔,竹輪,米血糕,魚卵捲,柴魚-煮	產銷履歷	金瓜肉絲湯 南瓜,肉絲		4.6	2.7	2	2.6	0	705
19	一	香菇 肉絲油飯 香菇,肉絲,米	炸雞翅 雞翅-炸	香蔥肉燥燕餃 玉米,蘿蔔,豆干,絞肉,燕餃-煮	吉園圃	南瓜濃湯 南瓜,洋葱,蛋		4.7	2.6	2.1	2.5	0	716
20	二	白飯 白米	蜜香桔醬豬肉 豬肉,芝麻-煮	泰式肉茸冬粉 高麗菜,番茄,冬粉,豬肉-煮	產銷履歷	冬瓜粉條露 冬瓜,粉條	水果	4.7	2.8	2.0	2.5	1	715
21	三	玉米飯 玉米,白米	白醬雞丁 雞肉,刈薯,蔬菜-煮	碧綠鮑菇 鮑菇,木耳,蔬菜-煮	吉園圃	針菇蘿蔔湯 金針菇,蘿蔔		4.7	2.7	2	2.6	0	721
22	四	小米飯 【蔬食日】 小米,白米	蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	黃金泡菜豆雞 泡菜,蔬菜,豆雞片-煮	有機蔬菜	海芽脆筍湯 海芽,竹筍	水果	4.6	2.8	2	2.5	1	717
23	五	白飯 白米	椒麻雞 雞肉,蔬菜-煮	洋蔥滑蛋 洋葱,鹹豬肉,雞蛋,青豆-炒	產銷履歷	小魚味噌湯 味噌,豆腐,小魚		4.7	2.8	2	2.6	0	715
26	一	五穀飯 五穀,白米	土豆燉豬肉 豬肉,麵筋,花生-煮	塔香花枝揚 花椰菜,花枝揚-煮	吉園圃	麻油雞湯 麻油,雞肉,鮮菇,蘿蔔		4.7	2.8	2	2.6	0	715
27	二	白飯 白米	佛蒙特咖哩雞肉 雞肉,洋芋,洋葱,紅蘿蔔-煮	奶油玉米蛋 玉米,蔬菜,雞蛋-炒	產銷履歷	番茄豆腐湯 番茄,豆腐	水果	4.6	2.7	2	2.6	1	705
28	三	芝麻飯 芝麻,白米	海苔燒豬肉 豬肉,蘿蔔-燒	豆薯條豆 豆薯,條豆,蔬菜-煮	吉園圃	冬瓜薏仁湯 冬瓜,薏仁		4.7	2.6	2.1	2.5	0	716
29	四	柴魚 烏龍麵 柴魚,蔬菜,烏龍麵	紐奧良雞排 雞排-烤	菇炒筍子 筍,鮮菇,蘿蔔-炒	有機蔬菜	芋頭西米露 芋頭,西米露	水果	4.7	2.8	2.0	2.5	1	715
30	五	雜糧飯 雜糧,白米	酸甜魚排 魚排-燒	普羅旺斯洋薯 洋芋,蘿蔔,青豆-煮	產銷履歷	玉米蛋花湯 玉米,雞蛋		4.7	2.7	2	2.6	0	721

主要種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其它分析(次/月)	
豆製品	魚肉種類	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	生鮮食材	調理食品	油炸品	甜湯
0次	2次	9次	10次	22次	0次	37次	7次	3次	4次