



上將 中央餐廳

中山國小 107年12月

*本公司全館使用非基因改造玉米及豆製品,嚴禁使用*本菜單含有蝦、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、含植物蛋白之穀物、大豆及其製品、鱈魚等過敏源,不適合其過敏體質者食用**◎消費者服務專線:(02)2996-9305 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	大碗(份)	中碗(份)	小碗(份)	湯匙(份)	量(份)	量(份)
3	一	白飯 白米	香濃咖哩雞肉 雞肉,洋芋,洋蔥,紅蘿蔔-煮	元氣黑輪燒 黑輪,蘿蔔,玉米筍-煮	吉園圃	小魚味噌湯 小魚,洋蔥,豆腐,味噌	5.4	2.6	2.4	2.2	0	732
4	二	海苔蓋飯 芝麻海苔香鬆,白米	鹽酥雞 雞肉-炸 每人3個	塔香鮑菇 鮑菇,油豆腐,蔬菜-煮	產銷履歷	黑糖包心圓 包心圓,綠豆	5.0	2.7	2.3	2.5	1	723
5	三	白飯 白米	糖醋果香豚肉 洋蔥,鳳梨,豬肉-煮	脆炒高麗 高麗菜,紅蘿蔔,木耳-炒	吉園圃	結頭排骨湯 蘿蔔,結頭菜,湯排	5.1	2.7	2.3	2.4	0	725
6	四	白飯 白米	叉燒肉 叉燒肉-烤 每人4條	蝦仁蒸蛋 蝦仁,蔬菜,雞蛋-蒸	有機蔬菜	香菇燉雞湯 雞肉,香菇,蔬菜	5.2	2.8	2.2	2.3	1	733
7	五	焗烤奶香義大利麵 白醬,豬肉,蔬菜,麵	楓糖烤雞翅 雞翅-烤	餡餅 豬肉餡餅-烤 每人2個	產銷履歷	高麗排骨湯 高麗菜,木耳,湯排	5.0	2.8	2.3	2.5	0	730
10	一	雜糧飯 雜糧,白米	椒麻豬肉 豬肉,白蘿蔔,青豆-燒	番茄炒蛋 番茄,雞蛋,豆腐-炒	吉園圃	芋頭西米露 芋頭,西谷米	5.2	2.8	2.0	2.3	0	728
11	二	白飯 白米	烤棒棒腿 翅小腿-烤 每人2支	香菇花瓜鵪鶉蛋 冬瓜,脆瓜,香菇,鵪鶉蛋-煮	產銷履歷	酸辣湯 豆腐,木耳,竹筍,蔬菜,蛋	5.2	2.7	2.3	2.2	1	723
12	三	麥片飯 麥片,白米	味噌肉片 豬肉,小黃瓜-煮	糖醋鮑菇 鮑菇,紅蘿蔔,蔬菜-煮	吉園圃	台式米粉湯 米粉,木耳,蘿蔔,芹菜,肉絲	5.4	2.6	2.2	2.2	0	727
13	四	古早味香菇油飯 香菇,麵輪末,肉絲	炸香酥雞排 雞排-炸	鮮肉燒賣 豬肉燒賣-蒸 每人2個	有機蔬菜	洋芋湯 洋芋,薏仁,湯排	5.4	2.7	2.3	2.2	1	737
14	五	白飯 白米	宮保豬肉 豬肉,鮑菇,花生-煮	巧達濃湯起司球 玉米,南瓜,起司球,毛豆-煮	產銷履歷	竹筍雞湯 竹筍,金針菇,雞肉	5.5	2.5	2.4	2.2	0	732
17	一	白飯 白米	碳烤雞腿 雞腿-烤	蝦仁豆腐羹 豆腐,青豆,玉米,蝦仁-煮	吉園圃	鮮瓜湯 鮮瓜,紅蘿蔔,湯排	5.3	2.6	2.4	2.2	0	725
18	二	薏仁飯 薏仁,白米	咖哩豬肉 豬肉,洋芋,洋蔥,紅蘿蔔-煮	酸甜虎皮蛋 雞蛋,番茄,青豆-燒	產銷履歷	冬至湯圓 紅豆,湯圓	5.3	2.7	2.5	2.2	1	735
19	三	芝麻飯 芝麻,白米	烤雞腿肉捲 雞腿肉捲-烤	香滷凍腐豬肉 凍豆腐,洋蔥,玉米筍,蘿蔔,豬肉-煮	吉園圃	玉米蛋花湯 玉米,紅蘿蔔,雞蛋	4.9	2.8	2.1	2.8	0	732
20	四	起司南瓜炒飯 【蔬食日】 白米,南瓜,蔬菜	蔥花菜脯蛋 蔥,菜脯,雞蛋-炒	奶油玉米餅 奶油玉米餅-炸 每人2個	有機蔬菜	味噌湯 味噌,豆腐,海芽	5.0	2.7	2.3	2.5	1	723
21	五	糙米飯 白米,糙米	日式柴香雞肉 雞肉,蔬菜-燒	沙茶粉絲煲 高麗菜,粉絲,絞肉,紅蘿蔔-煮	產銷履歷	南瓜湯 南瓜,肉絲,玉米	5.1	2.7	2.3	2.4	0	725
22	六	白飯 白米	醬燒魚條 魚條-燒 每人3條	雙色炒蛋 玉米,紅蘿蔔,雞蛋,蔥-炒	吉園圃	蘿蔔雞湯 蘿蔔,蔬菜,雞肉	5.4	2.7	2.3	2.2	0	737
24	一	白飯 白米	炸棒棒腿 翅小腿-炸 每人2支	肉燥滷蛋 滷蛋,豆干丁,豬肉-煮	吉園圃	紫菜蛋花湯 紫菜,雞蛋,蔥	5.5	2.5	2.4	2.2	0	732
25	二	聖誕節義大利麵 麵,絞肉,玉米,蘿蔔	板烤豬肉條 豬肉條-烤 每人4條	紅片花椰 花椰菜,紅蘿蔔-煮	產銷履歷	巧達濃湯 玉米,洋芋,雞蛋	5.3	2.6	2.4	2.2	1	725
26	三	地瓜飯 地瓜,白米	沙茶雞丁 雞肉,洋蔥,蔥-煮	鮑菇高麗 高麗菜,鮑菇,紅蘿蔔-炒	吉園圃	番茄金菇湯 番茄,金針菇,蔬菜	5.2	2.8	2.2	2.3	0	733
27	四	胚芽飯 胚芽,白米	醬燒豬排 豬排-燒	香芋玉米雞 玉米,芋頭,青豆,雞肉-煮	有機蔬菜	燒仙草 仙草,綜合豆	5.0	2.8	2.3	2.5	1	730
28	五	白飯 白米	梅香燉雞肉 雞肉,小黃瓜-煮	蒸蛋 蔬菜,雞蛋-蒸	產銷履歷	薏仁排骨湯 薏仁,蔬菜,湯排	5.0	2.7	2.3	2.5	0	723

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	1次	8次	11次	20次	0次	35次	7次	3次	4次	