



上將 中央餐廳

中山國小 107年8-9月

*本公司全館使用非基因改造玉米及豆製品，嚴謹安心使用 *本菜單含有：花生、奶製品、蛋及蛋製品、芝麻、葵花籽及菜製品、堅果類及菜製品、含麩質蛋白之穀物、大豆及其製品、鱈魚等法類，不適合其過敏體質者食用 **消費者服務專線：(02)2796-9305 傳真：(02)2276-3774 e-mail: 899305@gmail.com ©營養師：林美瑛 (營養字第 006773)

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	附餐	入膳量(份)	五成心(份)	蒜蓉(份)	以時(份)	里(份)	量(份)	量(份)
8/30	四	白飯 白米	京醬雞肉 雞肉、蔬菜-燒	迭香豬肉 豬肉、洋蔥、蘿蔔-煮	有機蔬菜	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋、蔬菜		4.7	2.7	2	2.6	0	721	
8/31	五	薏仁飯 薏仁、白米	醃醃燒豬肉 土豆、豬肉、蘿蔔-煮	番茄歐姆蛋 番茄、洋蔥、雞蛋-炒	產銷履歷	洋芋排骨湯 洋芋、湯排		4.6	2.7	2	2.6	0	705	
3	一	小米飯 小米、白米	蜜汁雞肉 雞肉、蔬菜-燒	塔香豚肉 九層塔、鮑菇、豬肉、小油蔴-煮	吉園圃	海芽脆筍湯 海芽、竹筍		4.7	2.6	2.1	2.5	0	716	
4	二	白飯 白米	咖哩豬肉 咖哩、紅蘿蔔、洋芋-煮	茶葉蛋 無殼雞蛋-滷	產銷履歷	珍珠醇奶 珍珠、奶粉	水果	4.7	2.8	2.0	2.5	1	715	
5	三	玉米飯 玉米、白米	醬燒雞肉 鮑菇、雞肉-煮	紅片黃瓜 紅蘿蔔、木耳、黃瓜-煮	吉園圃	羅宋蛋花湯 番茄、高麗菜、雞蛋、蔬菜		4.6	2.8	2	2.5	0	717	
6	四	豬肉 總匯炒飯 豬肉、蔬菜、白米	甜蔥燒豬排 豬排-燒	炸可樂餅 可樂餅-炸 每人二個	有機蔬菜	香菇燉湯 香菇、雞骨、蘿蔔	水果	4.6	2.8	1.7	2.5	1	714	
7	五	地瓜飯 地瓜、白米	紐奧良烤雞翅 雞翅-烤	鵪鶉蛋燒肉 豬絞肉、脆瓜、鵪鶉蛋-煮	產銷履歷	金針排骨湯 金針花、川菜、排骨		4.6	2.8	2	2.5	0	717	
10	一	白飯 白米	歐風洋芋豬肉 洋芋、蔬菜、豬肉-煮	客家小炒 豆子、豬肉、蔬菜、蔥-煮	吉園圃	蘿蔔排骨湯 芹菜、蘿蔔、排骨		4.6	2.8	1.7	2.5	0	714	
11	二	燻肉什錦 炒麵 鹹豬肉、蔬菜、麵	脆皮雞腿 雞腿-炸	針菇葫蘆 金針菇、葫蘆瓜-煮	產銷履歷	義式濃湯 南瓜、洋芋	水果	4.6	2.8	2	2.5	1	717	
12	三	白飯 白米	和風豬柳 豬柳、蔬菜-燒	玉筍花菜 玉米筍、花椰菜-炒	吉園圃	竹筍肉絲湯 竹筍、肉絲、木耳、蔬菜		4.7	2.8	2	2.6	0	715	
13	四	薏仁飯 薏仁、白米	香草燉雞 雞肉-煮	家常油腐 油豆腐、蔬菜、木耳-煮	有機蔬菜	香蔥蛋花湯 蔥、雞蛋、高麗菜	水果	4.7	2.8	2	2.6	1	715	
14	五	白飯 白米	叉燒肉 豬肉-燒 每人4條	香濃咖哩魚蛋 馬鈴薯、魚蛋、紅蘿蔔-煮	產銷履歷	仙草蜜 仙草		4.6	2.7	2	2.6	0	705	
17	一	蝦仁 珍珠炒飯 蝦仁、玉米、蔬菜、白米	烤雞腿 雞腿-烤	炒豆芽菜 紅蘿蔔、豆芽菜-炒	吉園圃	豆腐味噌湯 豆腐、味噌、洋蔥		4.7	2.6	2.1	2.5	0	716	
18	二	小米飯 小米、白米	醬燒魷魚條 魚肉-燒	蒸蛋 雞蛋-蒸	產銷履歷	地瓜圓甜湯 地瓜圓、芋圓	水果	4.7	2.8	2.0	2.5	1	715	
19	三	五穀飯 五穀、白米	桔醬雞肉 桔醬、雞肉、彩椒-煮	紅燒豆腐 豬肉、非基改凍豆腐、竹筍-煮	吉園圃	南瓜肉絲湯 南瓜、肉絲		4.7	2.7	2	2.6	0	721	
20	四	白飯 【蔬食日】 白米	香蔥菜脯炒蛋 菜脯、雞蛋、蔥花-炒	醬燒麵輪 麵輪、蘿蔔-煮	有機蔬菜	酸辣湯 木耳、筍、豆腐	水果	4.6	2.8	2	2.5	1	717	
21	五	燕麥飯 燕麥、白米	烤肉醬雞肉 雞肉-燒	芹菜炒魷魚 芹菜、豆干、魷魚-炒	產銷履歷	高麗豚骨湯 高麗菜、湯排		4.7	2.8	2	2.6	0	715	
25	二	義式 螺旋麵 絞肉、蔬菜、螺旋麵	鹽酥雞塊 雞塊-炸 每人4塊	珍珠丸子 珍珠丸-蒸 每人1顆	產銷履歷	鮮瓜雞湯 鮮瓜、雞肉	水果	4.7	2.8	2	2.6	1	715	
26	三	小麥飯 小麥、白米	壽喜燒肉 雞肉、洋蔥、芝麻-煮	沙茶素雞片 非基改豆雞片、黃瓜-煮	吉園圃	紫菜金菇湯 紫菜、金針菇		4.6	2.7	2	2.6	0	705	
27	四	胚芽飯 胚芽、白米	黃金泡菜豬 泡菜、豬肉-燒	腰果玉米肉丁 腰果、玉米、青豆、豬肉-煮	有機蔬菜	綠豆QQ圓 綠豆、芋圓	水果	4.6	2.7	2	2.6	1	705	
28	五	白飯 白米	紅燒魚肉 魚肉、蔬菜-燒	黑輪關東煮 黑輪、白蘿蔔-滷	產銷履歷	洋芋濃湯 洋芋、玉米		4.7	2.6	2.1	2.5	0	716	

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	8次	10次	20次	0次	34次	6次	3次	4次