



# 新北食品

# 107年8+9月菜單市立中山國小



※本公司菜單開立皆符合食安法第四章-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：陳怡廷(營養字第009521號)、黃士展(營養字第004087號) 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	全穀類	豆魚肉蛋	蔬菜	油脂	熱量	
8/30	四	白飯	嫩汁雞腿排 雞肉-烤	蒜炒海帶肉絲 豆芽菜、海帶、豬肉-炒	有機蔬菜 蔬菜	玉米排骨湯 非基改玉米、豬肉	水果	5.1	2.7	2.3	2.5	730
8/31	五	胚芽米飯	甜蔥燒肉 豬肉、蔥-燒	海山醬油豆腐 非基改油豆腐、蘿蔔-煮	吉園圃 蔬菜	裙帶蛋花湯 海帶芽、雞蛋		5.1	2.7	2.3	2.5	730
3	一	玉米飯	蒜味鹹酥雞 雞肉、九層塔、蒜-炸	瓜仔鴿蛋肉醬 筍、碎瓜、豬肉、鴿蛋-煮	脆綠花椰 花椰菜、木耳-炒	朴菜肉片湯 朴菜、豬肉		5.1	2.6	2.2	2.6	724
4	二	地瓜飯	洋芋咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	玉米炒蛋 非基改玉米、雞蛋-炒	產銷履歷 蔬菜	味噌丸片湯 非基改味噌、貢丸	水果	5.1	2.7	2.1	2.5	725
5	三	紅藜飯	壽喜燒 雞肉、洋蔥-燒	甜醬肉絲豆干 非基改豆干、豬肉-炒	產銷履歷 蔬菜	山藥薏仁湯 山藥、薏仁		5.3	2.6	2.3	2.2	723
6	四	鐵板炒麵	胡麻醬豬排 豬肉-燒	港式燒賣 燒賣-蒸(2個)	有機蔬菜 蔬菜	地瓜芋圓甜湯 地瓜、芋圓	水果	5.1	2.7	2.2	2.5	727
7	五	白飯	照燒芝麻雞 雞肉、芝麻-燒	打拋豬肉 非基改豆干丁、豬肉、番茄-炒	紅絲菜豆 菜豆、鮮蔬-炒	柴香菜湯 高麗菜、柴魚		5.2	2.7	2.2	2.5	734
10	一	全穀飯	歐風紅醬燉肉 豬肉、馬鈴薯、番茄-煮	椰菜雞絲 花椰菜、雞肉-炒	吉園圃 蔬菜	青木瓜大骨湯 青木瓜、豬肉		5.2	2.6	2.3	2.5	729
11	二	白飯	糖醋雞丁 雞肉、鳳梨、芝麻-燒	玉米濃湯煨豆腐 非基改豆腐、非基改玉米-煮	產銷履歷 蔬菜	紅棗銀耳甜湯 白木耳、紅棗	水果	5.2	2.6	2.4	2.5	732
12	三	麥片飯	蘑菇醬燒豬 豬肉、蒜-燒	南瓜炒蛋 南瓜、雞蛋-炒	產銷履歷 蔬菜	筍片雞湯 筍、雞肉		5.1	2.7	2.2	2.5	727
13	四	番茄肉醬螺旋麵	香烤翅小腿 雞肉-烤(2隻)	炸黃金薯球 薯球-炸(4個)	有機蔬菜 蔬菜	蘑菇濃湯 蒜、洋蔥、雞蛋	水果	5.4	2.6	2.2	2.2	727
14	五	糙米飯	海苔豬肉丼 豬肉、雞蛋、洋蔥-煮	香鬆花枝丸 花枝丸、香鬆-烤(2個)	小瓜玉筍 小黃瓜、玉米筍-炒	養生排骨湯 馬鈴薯、豬肉		5.4	2.6	2.3	2.2	730
17	一	日式炒麵	地瓜蜜燒雞 雞肉、地瓜-燒	起司豬排 豬肉-炸	吉園圃 蔬菜	鮮蔬胡瓜湯 胡瓜、蘿蔔		5.2	2.6	2.3	2.2	716
18	二	雜糧飯	奶香玉米雞 雞肉、非基改玉米-煮	焗烤馬鈴薯塊 馬鈴薯、紅蘿蔔、起司絲-烤	產銷履歷 蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、馬鈴薯、雞蛋	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
19	三	白飯	鳳梨咕咾肉 豬肉-燒	關東煮 蘿蔔、黑輪、豬血糕、甜不辣-煮	產銷履歷 蔬菜	麻香鮮蔬湯 高麗菜、蒜		5.3	2.6	2.3	2.4	732
20	四	香鬆飯 【蔬食日】	鮑菇燴豆腐 非基改豆腐、杏鮑菇-燒	菜脯蔥花炒蛋 雞蛋、菜脯、蔥-炒	有機蔬菜 蔬菜	檸檬甜愛玉 愛玉、檸檬汁	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
21	五	白飯	烤肉醬豬排 豬肉-燒	莎莎醬雞茸 洋蔥、番茄、雞肉-炒	蛋酥高麗 高麗菜、雞蛋-炒	芹香蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜		5.3	2.6	2.4	2.3	730
24	一	新北食品祝大家 ☆~中秋佳節愉快~☆ 										
25	二	招牌香菇油飯	浦燒鯛魚排 魚肉-燒	番茄炒蛋 番茄、雞蛋-炒	產銷履歷 蔬菜	蘿蔔油腐湯 蘿蔔、非基改油豆腐	水果	5.1	2.6	2.3	2.3	713
26	三	胚芽米飯	香菇燉雞 雞肉、蘿蔔、香菇-燒	麻婆豆腐 非基改豆腐、豬肉-煮	產銷履歷 蔬菜	紅豆粉粿甜湯 紅豆、粉粿		5.1	2.6	2.4	2.5	725
27	四	白飯	京醬肉柳 豬肉、洋蔥-炒	麥克雞塊 雞塊-炸(2個)	有機蔬菜 蔬菜	冬瓜湯 冬瓜、薑	水果	5.3	2.5	2.3	2.2	715
28	五	五穀飯	鮑菇沙茶雞 雞肉、沙茶-炒	筍香肉絲 筍、香菇、豬肉-炒	咖哩粉絲 高麗菜、粉絲、鮮蔬-炒	肉骨茶湯 金針菇、鮮蔬、豬肉		5.3	2.6	2.2	2.3	725

→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~!

食材分析 (單位：次/月)									
主菜種類				主菜食材特性		副菜食材		其他分析	
						加工食品			
豆製品	魚、海鮮	豬肉	雞肉	生鮮	調理	魚肉類	其他	油炸品	甜湯
1	1	9	10	21	0	0	3	4	4