



新北食品 107年10月菜單

市立中山國



※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：陳怡廷(營養字第009521號)、黃士威(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	全穀雜糧	豆类蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
1	一	五穀米飯	檸香烤雞腿 雞腿-烤	鼓汁燉肉 ◎非基改豆腐、豬肉-煮	雲耳高麗 高麗菜、鮮蔬-炒	福菜筍片湯 福菜、筍片		5.1	2.6	2.2	2.6	724
2	二	白飯	叉燒肉 豬肉-燒	番茄滑蛋 ◎雞蛋、番茄-炒	產銷履歷 蔬菜	椰香西米露 椰漿、西谷米	水果	5.1	2.7	2.1	2.5	725
3	三	麥片飯	燒烤醬雞排 雞肉-燒	咖哩黃金蛋 洋芋、◎黃金蛋-煮(2個)	產銷履歷 蔬菜	味噌豆腐湯 ◎非基改豆腐、◎非基改味噌		5.3	2.6	2.3	2.2	723
4	四	柴魚香鬆炒飯	糖醋排骨 豬肉、彩椒-煮	堅果玉米雞茸 非基改玉米、◎堅果、雞肉-煮	有機蔬菜 蔬菜	香菇雞湯 香菇、雞肉	水果	5.1	2.7	2.2	2.5	727
5	五	薏仁飯	酥炸雞腿 雞肉-炸	冰糖滷味 ◎非基改黑豆干、蘿蔔、海帶結-煮	吉園圃 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、◎雞蛋		5.2	2.7	2.2	2.5	734
8	一	全穀飯	燒肉白菜 豬肉、白菜、金針菇-煮	鴿蛋肉燥 ◎非基改豆乾、鴿蛋、豬肉-煮	吉園圃 蔬菜	檸檬甜愛玉 愛玉、檸檬汁		5.2	2.6	2.3	2.5	729
9	二	青醬義大利麵	豆乳雞丁 雞肉、洋蔥-燒	酥烤花枝丸 花枝丸-烤(2個)	產銷履歷 蔬菜	玉米濃湯 ◎雞蛋、玉米	水果	5.2	2.6	2.4	2.5	732
10	三	新北食品祝大家 ☆~國慶假日愉快~☆ 										
11	四	白飯	椰香咖哩雞 雞肉、洋芋、椰漿-煮	洋蔥炒蛋 ◎雞蛋、洋蔥-炒	有機蔬菜 蔬菜	柴魚海芽湯 海帶芽、柴魚、◎非基改味噌	水果	5.4	2.6	2.2	2.2	727
12	五	糙米飯	炸排骨酥 豬肉-炸	沙茶炒三鮮 筍絲、肉絲、◎鮑魚翅-炒	吉園圃 蔬菜	芹香白玉湯 白蘿蔔、芹菜		5.4	2.6	2.3	2.2	730
15	一	番茄貝殼麵	唐揚雞 雞肉-炸	海苔薯餅 薯餅-烤(3個)	鮑菇菜豆 菜豆、杏鮑菇-炒	巧達濃湯 馬鈴薯、◎雞蛋		5.2	2.6	2.3	2.2	716
16	二	白飯	胡麻醬豬柳 豬肉、洋蔥-煮	和風燉雞 雞肉、蘿蔔、筍絲、非基改玉米段-煮	產銷履歷 蔬菜	味噌小魚湯 ◎非基改味噌、◎小魚乾	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
17	三	地瓜飯	春川炒雞 雞肉、年糕、白菜、◎芝麻-炒	筍香扣肉 筍角、豬肉-煮	產銷履歷 蔬菜	什錦鮮蔬湯 紅蘿蔔、豆芽菜、鮮蔬		5.3	2.6	2.3	2.4	732
18	四	白飯 【蔬食日】	香菇蒸蛋 ◎雞蛋、香菇-蒸	紅麴燴鮑菇 杏鮑菇、非基改油豆腐-燒	有機蔬菜 蔬菜	珍珠奶茶 粉圓	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
19	五	燕麥飯	地瓜蜜燒雞 雞肉、地瓜-煮	客家水晶餃 蘿蔔、豬肉、◎蝦米、水晶餃-燒(2個)	吉園圃 蔬菜	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔、豬肉		5.3	2.6	2.4	2.3	730
22	一	紅藜飯	甜醬回鍋肉 豬肉、洋蔥-煮	白菜炒年糕 白菜、年糕-炒	吉園圃 蔬菜	昆布野菜湯 高麗菜、昆布、◎非基改味噌		5.3	2.6	2.4	2.3	730
23	二	木須肉絲炒麵	嫩汁烤腿排 雞腿排-烤	玉米蒸蛋 ◎雞蛋、非基改玉米-蒸	雙色花椰 白花椰、青花椰-炒	粉條QQ圓 粉條、QQ圓	水果	5.1	2.6	2.3	2.3	713
24	三	紫米飯	花生滷肉 豬肉、◎花生-煮	和風栗香雞 雞肉、洋蔥、栗-燒	產銷履歷 蔬菜	酸辣清湯 ◎非基改豆腐、鮮蔬、豬肉		5.1	2.6	2.4	2.5	725
25	四	白飯	椒鹽鹹酥雞 雞肉-炸	番茄肉醬 番茄、豬肉-煮	有機蔬菜 蔬菜	蘑菇濃湯 蘑菇、◎雞蛋	水果	5.3	2.5	2.3	2.2	715
26	五	胚芽米飯	蘑菇醬豬排 豬肉-燒	海山醬甜不辣 蘿蔔、◎非基改油豆腐、◎甜不辣-煮	梅乾筍絲 筍絲、梅乾菜-炒	金針肉絲湯 金針花、豬肉		5.3	2.6	2.2	2.3	725
29	一	蕎麥飯	親子雞肉丼 雞肉、◎雞蛋、洋蔥、金針菇-煮	什錦福州丸 非基改豆乾丁、◎福州丸-煮(1個)	吉園圃 蔬菜	味噌蛋花湯 ◎雞蛋、◎非基改味噌		5.2	2.6	2.3	2.2	716
30	二	白飯	燒烤玉米雞 雞肉、◎非基改玉米、馬鈴薯-煮	京醬豬排 豬肉-燒	針菇銀蘿 蘿蔔、金針菇-炒	牛蒡雞湯 牛蒡、紅蘿蔔、雞肉	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
31	三	玉米飯	紅麴燒雞 雞肉、豆薯-燒	五香豆乾 ◎非基改豆乾、◎芝麻-炒	產銷履歷 蔬菜	冬瓜排骨湯 冬瓜、豬肉		5.3	2.6	2.3	2.4	732

→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~!

◎：過敏原標示，包含以下成分：1. 甲殼類及其製品 2. 芒果及其製品 3. 花生及其製品 4. 牛奶及其製品 5. 蛋及其製品 6. 堅果及其製品

7. 芝麻及其製品 8. 含麩質之穀類及其製品 9. 大豆及其製品 10. 魚類及其製品 11. 使用亞硝酸鹽等製品

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	8次	12次	22次	0次	17次	5次	4次	4次