



上將 中央餐廳

中山國小 108年2月

本公司全用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、葵花籽及燕製品、堅果類及其製品、含麩質蛋白之穀物、大豆及其製品、精製糖等食品，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: h9305@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	大雞球(份)	蛋(份)	奶(份)	油(份)	鹽(份)	量(仟卡)	
2/11	一	白飯 <small>白米</small>	轟炸脆皮雞腿 <small>雞腿-炸</small>	香濃咖哩洋芋 <small>咖哩, 豬肉, 洋芋, 蘿蔔, 洋蔥-煮</small>	吉園圃	蘿蔔排骨湯 <small>蘿蔔, 湯排</small>		5.0	2.7	2.3	2.5	0	723
12	二	糙米飯 <small>糙米, 白米</small>	塔香鮑菇豬肉 <small>豬肉, 鮑菇-煮</small>	枸杞黃瓜 <small>大黃瓜, 枸杞, 木耳, 鮮菇-煮</small>	產銷履歷	貢丸味噌湯 <small>味噌, 貢丸, 小魚</small>	水果	5.1	2.7	2.3	2.4	1	725
13	三	五穀飯 <small>五穀, 白米</small>	金黃烤棒棒腿 <small>棒棒腿-烤 每人2支</small>	鮑菇花椰菜 <small>花椰菜, 鮑菇, 玉米筍-煮</small>	吉園圃	巧達濃湯 <small>香草, 洋芋, 蘿蔔, 雞蛋</small>		5.2	2.8	2.2	2.3	0	733
14	四	番茄螺旋麵 <small>番茄, 蔬菜, 螺旋麵</small>	鐵板豬排 <small>豬排-燒</small>	阿薩姆飄香滷味 <small>雞蛋, 麵輪, 豆干, 花生-煮</small>	有機蔬菜	黑糖QQ圓 <small>山粉圓</small>	水果	5.0	2.8	2.3	2.5	1	730
15	五	白飯 <small>白米</small>	和風醬雞肉 <small>雞肉, 蔬菜-煮</small>	紅絲白菜 <small>大白菜, 紅蘿蔔, 豆皮-炒</small>	產銷履歷	玉米蛋花湯 <small>玉米, 雞蛋, 蔬菜</small>		5.1	2.7	2.4	2.4	0	736
18	一	蝦仁雞蛋炒飯 <small>蝦仁, 雞蛋, 蔬菜, 白米</small>	柚香豬肉 <small>柚子醬, 豬肉, 蔬菜-煮</small>	蒸蛋 <small>雞蛋, 蔬菜-蒸</small>	吉園圃	冬瓜雞湯 <small>冬瓜, 薑仁, 雞肉</small>		5.0	2.8	2.3	2.5	0	730
19	二	白飯 <small>白米</small>	美式雞腿 <small>雞腿-烤</small>	粉紅醬佐起司球 <small>白蘿蔔, 起司球, 黑輪, 魚卵捲-煮</small>	產銷履歷	紅豆湯圓 <small>紅豆, 湯圓</small>	水果	5.1	2.7	2.3	2.4	1	725
20	三	玉米飯 <small>玉米, 白米</small>	壽喜燒豬肉 <small>豬肉, 洋蔥-煮</small>	鮑菇百頁 <small>鮑菇, 百頁豆腐, 條豆-煮</small>	吉園圃	麵線羹 <small>木耳, 筍, 紅蘿蔔, 肉絲, 麵線</small>		5.0	2.7	2.3	2.5	0	723
21	四	小米飯【蔬食日】 <small>小米, 白米</small>	照燒豆干 <small>豆干, 芹菜, 蔬菜-炒</small>	地瓜薯條 <small>地瓜薯條-烤 每人6條</small>	有機蔬菜	針菇蛋花湯 <small>金針菇, 雞蛋, 蔥</small>	水果	5.1	2.7	2.3	2.4	1	725
22	五	白飯 <small>白米</small>	三杯燒鴨 <small>鴨肉, 鮑菇-燒</small>	蔥燒結頭 <small>結頭菜, 木耳, 紅蘿蔔, 紅蔥頭-燒</small>	產銷履歷	南瓜湯 <small>南瓜, 洋芋, 肉絲</small>		5.0	2.7	2.3	2.5	0	723
23	六	芝麻飯 <small>芝麻, 白米</small>	咖哩豬肉 <small>咖哩, 豬肉, 洋芋, 蘿蔔, 洋蔥-煮</small>	海苔花枝丸 <small>海苔, 花枝丸-燒 每人2個</small>	產銷履歷	竹筍排骨湯 <small>竹筍, 湯排</small>		4.9	2.8	2.1	2.8	0	732
25	一	肉絲什錦貓耳朵 <small>肉絲, 高麗, 蔬菜, 麵疙瘩</small>	烤雞排 <small>雞排-烤</small>	碳烤香腸 <small>香腸-烤</small>	吉園圃	結頭排骨湯 <small>結頭, 鮮菇, 湯排</small>		5.0	2.7	2.3	2.4	0	724
26	二	地瓜飯 <small>地瓜, 白米</small>	莎莎豬肉 <small>豬肉, 番茄-燒</small>	炸美式薯球 <small>薯球-炸 每人6個</small>	產銷履歷	洋芋濃湯 <small>洋芋, 玉米, 紅蘿蔔</small>	水果	5.2	2.8	2.0	2.3	1	728
27	三	麥片飯 <small>麥片, 白米</small>	香草雞肉 <small>雞肉, 馬鈴薯, 蔬菜-煮</small>	木耳白菜 <small>白菜, 紅蘿蔔, 木耳-煮</small>	吉園圃	味噌豆腐湯 <small>味噌, 豆腐, 洋蔥</small>		5.1	2.7	2.3	2.4	0	725

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
1次	0次	6次	7次	14次	0次	24次	4次	2次	2次