新北食品 108年3月菜單

New Taipei

※本公司菜單開立皆符合四章一Q主要食材規範
全面使用非基因改造食材，敬請安心食用

市立中山國小

地址：新北市三重區園道路一段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	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
4	一	培根菇菇黃金螺旋麵	匈牙利豬排 豬排-燒	麥克雞塊X3 麥克雞塊-烤	吉園圃 蔬菜	玉米蛋花湯 非基改玉米,鮮蔬,◎雞蛋	5.8	2.7	2.4	2.7	790
5	二	白飯	糖醋柚香雞 雞肉,鮮蔬-燒	肉燥福州丸X1 福州丸,豬肉,非基改豆干丁,鮮蔬-煮	脆炒高麗 高麗菜,鮮蔬,蝦米-炒	~甜~ 黑糖珍珠醇奶 黑糖塊,珍珠,◎奶粉	5.7	2.8	2.5	2.6	789
							水果				
6	三	紅藜飯	蠔油鮑菇肉柳 豬肉,杏鮑菇,鮮蔬-煮	夜市蒙古烤肉 豆芽菜,非基改豆干片,雞肉,鮮蔬-炒	金茸絲瓜 金針菇,絲瓜,鮮蔬-炒	馬鈴薯雞湯 馬鈴薯,雞肉,鮮蔬	5.6	2.7	2.4	2.8	781
7	四	白飯	台式鹹酥雞X3 雞肉-炸	酢醬滷蛋 ◎雞蛋,豬絞肉,豆乾丁-煮	有機蔬菜 蔬菜	蘿蔔排骨湯 紅白蘿蔔,湯排,鮮蔬	5.9	2.6	2.3	2.7	787
							水果				
8	五	薏仁飯	塔香肉片 豬肉,番茄,九層塔,鮮蔬-炒	玉米炒雞 非基改玉米,鮮蔬,雞肉-煮	吉園圃 蔬菜	香菇瓜仔雞湯 香菇,蔭瓜,雞肉,鮮蔬	5.8	2.8	2.5	2.5	791
11	一	白飯	脆皮雞腿排 雞排-炸	起司 黃金魚蛋X2 洋蔥,魚蛋,鮮蔬,起司-煮	吉園圃 蔬菜	大滷湯 白菜,筍絲,鮮蔬,豬肉	5.8	2.7	2.4	2.5	781
12	二	番茄肉醬義大利麵	照燒豬排 豬排-燒	鑫鑫腸X3 香腸-煮	玉筍花椰 花椰菜,玉米筍,鮮蔬-炒	玉米濃湯 非基改玉米,鮮蔬,◎雞蛋	5.9	2.6	2.5	2.7	792
							水果				
13	三	白飯	孜然風味雞 雞肉,鮮蔬,白芝麻-燒	紹子肉醬煨豆腐 非基改豆腐,豬肉,鮮蔬-煨	產銷履歷 蔬菜	芹香蘿蔔湯 蘿蔔,貢丸片,鮮蔬	5.8	2.6	2.4	2.5	774
14	四	胚芽飯	蜜汁烤雞腿 雞腿-烤	滑嫩蒸蛋 ◎雞蛋-蒸	有機蔬菜 蔬菜	~甜~ 桂圓八寶湯 綜合穀物,桂圓	6.1	2.5	2.8	2.7	806
							水果				
15	五	白飯	胡麻豬排 豬排-燒	起司年糕炒雞 雞肉,白菜,年糕,起司-炒	吉園圃 蔬菜	柴魚味噌湯 非基改油片絲,非基改味噌,柴魚片,鮮蔬	5.9	2.7	2.6	2.5	793
18	一	海苔香鬆飯	京都排骨 豬肉,鮮蔬-燒	廟口天婦羅X3 甜不辣,海山醬,白芝麻-燒	蘑菇甘藍 高麗菜,蘑菇,鮮蔬-炒	山藥嫩雞湯 山藥,馬鈴薯,雞肉,鮮蔬	6	2.7	2.4	2.6	800
19	二	白飯	香菇栗子雞 雞肉,香菇,栗子,鮮蔬-燒	碳烤香腸X1 香腸-烤	產銷履歷 蔬菜	~甜~ 仙草奶凍 仙草,◎奶粉	5.8	2.7	2.3	2.8	792
							水果				
20	三	南瓜飯	檸檬洋蔥燒豬 豬肉,洋蔥,鮮蔬-燒	脆薯玉米筍 豆薯,玉米筍,鮮蔬-煮	卡菲洋芋雞 馬鈴薯,雞肉,鮮蔬,起司-煮	日式豆腐湯 非基改豆腐,非基改味噌,鮮蔬	5.9	2.6	2.4	2.6	785
21	四	奶醬蘑菇炒烏龍	玉米蒸蛋 ◎雞蛋,玉米-蒸	咖哩凍豆腐 非基改凍豆腐,馬鈴薯,鮮蔬	有機蔬菜 蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯,蘑菇,鮮蔬,◎雞蛋	5.7	2.8	2.5	2.6	789
							水果				
22	五	紫米飯	蘑菇醬豬排 豬排-燒	鵪鶉蛋 滷味拼盤X1 非基改蘭花干,鴿蛋,海帶結,鮮蔬-滷	吉園圃 蔬菜	蘿蔔香菇雞湯 蘿蔔,香菇,雞肉,鮮蔬	6.1	2.8	2.4	2.3	801
25	一	白飯	豆乳蔥燒翅小腿X3 翅小腿,蔥,鮮蔬-燒	古早味肉燥貢丸X2 貢丸,非基改豆乾丁,豬肉,鮮蔬-煮	鄉村粉絲 高麗菜,冬粉,鮮蔬-炒	~甜~ 焦糖珍奶 ◎珍珠,奶粉	5.9	2.7	2.4	2.5	788
26	二	黃金雞粒蛋炒飯	洪記排骨酥X3 豬肉-炸	韭香銀芽 豆芽菜,韭菜,鮮蔬-炒	番茄蕈菇肉醬 金針菇,番茄,,絞肉-燒	黃瓜魚丸湯X2 大黃瓜,魚丸,鮮蔬	5.7	2.8	2.3	2.8	793
							水果				
27	三	芝麻飯	巴斯克燉雞 雞肉,鮮蔬-燉	南瓜奶醬炒蛋 南瓜,◎雞蛋,鮮蔬,奶粉-炒	產銷履歷 蔬菜	義式洋蔥湯 洋蔥,鮮蔬	6	2.5	2.5	2.6	787
28	四	白飯	義式香料豬排 豬排-燒	客家小炒 非基改豆乾片,鮭魚翅,芹菜,鮮蔬-炒	有機蔬菜 蔬菜	甜玉米雞湯 非基改玉米段,雞肉,鮮蔬	5.8	2.9	2.3	2.5	794
							水果				
29	五	全穀飯	杏片三杯雞 雞肉,九層塔,杏仁片,鮮蔬-燒	大根燒肉片 蘿蔔,豬肉,鮮蔬-燒	金黃玉米 非基改玉米,紅蘿蔔,毛豆-炒	白菜連鍋湯 白菜,湯排,鮮蔬	5.7	2.7	2.6	2.5	779

→◎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~!

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	10次	9次	20次	0次	33次	7次	3次	4次