



# 上將食品

# 110年6+7月 中山國小

◎地址：新北市新莊區幸福東路86號 ◎服務專線：(02)2996-9305 傳真：(02)2276-3714 ◎E-mail：kh9305@gmail.com  
\*菜单含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等，不適合其過敏體質者食用 \*本全面使用非基改玉米及豆製品\* ◎營養師：黃詠怡 (營養字第3906)

## ★ 本公司所使用之生鮮豬肉及其製品來源全面使用國產豬肉 ★

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐				
					全素	豆製品	豆素	豆素	油炸品	甜湯
1	二	花生 肉絲油飯 糙米、白米、香菇、肉絲、木耳、花生●	燒肉排 豬排X1-燒	焗烤 茄汁雞肉 雞肉、番茄、豆芽、玉米-煮	有機蔬菜	冰 芋香西米露 芋頭、西谷米	水果	5.6	2.4	2.2
2	三	燕麥飯 白米、燕麥	檸香雞丁 雞肉、彩椒、檸檬汁-燒	芋頭燒豬 豬肉、芋頭、高麗菜乾、毛豆-燒	履歷蔬菜	鮮菇排骨湯 鮮菇、玉米段、湯排		5.6	2.5	2.1
3	四	有機白飯 有機白米	南洋卡菲豬 豬肉、洋芋、洋蔥、咖哩-煮	炸 雞腿 X1 雞腿 X1-炸	有機蔬菜	筍片雞湯 雞肉、竹筍	水果	5.8	2.3	2.2
4	五	糙米飯 白米、糙米	滷雞翅 三節雞翅 X1-滷	肉茸燒豆腐 豆腐、絞肉、蘿蔔、青蔥-煮	履歷蔬菜	沙茶赤肉羹 白菜、鮮菇、肉絲、雞蛋●、木耳		5.5	2.4	2.1
7	一	奶香青醬 義大利麵 麵、玉米、洋蔥、雞肉、鮑菇	迷迭香豬排 豬排 X1-燒	薯球 X6 薯球 X6-炸	履歷蔬菜	海芽豆腐湯 豆腐、海芽、薑絲		5.8	2.4	1.9
8	二	地瓜飯 白米、地瓜	醬炒雞丁 雞肉、蘿蔔、青蔥-炒	蒸蛋 雞蛋●、蔬菜-蒸	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米、洋芋、蘿蔔、雞蛋●	水果	5.8	2.3	2.1
9	三	雜糧飯 白米、雜糧米	照燒豬肉 豬肉、鮑菇、彩椒-煮	白醬洋芋雞 雞肉、洋芋、青豆-煮	芝麻長豆 長豆、豆芽、芝麻-炒	冬瓜雞湯 冬瓜、雞肉、枸杞		5.6	2.4	2
10	四	有機白飯 有機白米	義式烤雞排 雞排 X1、義式香料-烤	茄汁魚丁 魚肉●、番茄、洋蔥-煮	有機蔬菜	冰 仙草包心圓 包心圓、花豆、仙草汁	水果	5.6	2.3	2.1
11	五	小麥飯 白米、小麥	味噌肉片 豬肉、蘿蔔、味噌-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋●、洋蔥、蘿蔔-炒	金粒花椰 花椰菜、玉米-炒	酸菜鴨湯 鴨肉、酸菜、川菜		5.6	2.4	2
15	二	炸醬豚肉 拌炒飯 白米、豆干、絞肉、蘿蔔、毛豆	烤雞腿 雞腿 X1-烤	奶皇包 X1 奶皇包-蒸	有機蔬菜	番茄蛋花湯 雞蛋、番茄、高麗菜	水果	5.5	2.4	2.2
16	三	紫米飯 白米、紫米	南瓜燒豬 豬肉、南瓜、毛豆-燒	香蔥雞 雞肉、洋蔥、蘿蔔、青蔥-煮	履歷蔬菜	麵線羹 麵線、竹筍、金針菇、肉絲		5.6	2.4	2.1
17	四	海苔香鬆飯 (附香鬆包) 有機白米	洋芋豆雞片 豆雞片、洋芋、鮮菇-煮	和風虎皮蛋 雞蛋● X1、玉米、青豆-燒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、蘿蔔、味噌	水果	5.7	2.4	2.2
蔬食日										
18	五	胚芽飯 白米、胚芽	燒豬排 豬排 X1-燒	海苔章魚丸 X2 章魚燒● X2、海苔-烤	履歷蔬菜	仙草雞湯 雞肉、蘿蔔、紅棗、仙草汁		5.5	2.4	2.2
21	一	焗烤 波隆那肉醬 義大利麵 麵、玉米、番茄、絞肉、蘿蔔、青豆	橙汁烤雞排 雞排 X1-烤	薯餅 X2 薯餅 X2-炸	紅片花椰 花椰菜、蘿蔔-炒	冰 檸檬愛玉 愛玉、檸檬		5.5	2.5	2.1
22	二	紅豆飯 白米、紅豆	叉燒肉 X4 豬肉 X4-烤	蒲燒鯛魚 X1 蒲燒鯛● X1、豆腐-蒸	有機蔬菜	金針鮮雞湯 雞肉、金針花	水果	5.8	2.3	2.2
23	三	蕎麥飯 白米、蕎麥	芝香地瓜雞 雞肉、地瓜、芝麻-燒	柴片燒豬 豬肉、洋芋、柴魚片-燒	菇炒高麗 高麗菜、鮮菇、蘿蔔-炒	海芽排骨湯 海芽、湯排、蘿蔔		5.6	2.4	1.9
24	四	有機白飯 有機白米	滷里肌排 豬排 X1-滷	白玉燒鍋物 蘿蔔、竹輪、魚卵捲-煮	有機蔬菜	糯米雞湯 洋芋、雞肉、糯米、枸杞	水果	5.7	2.3	2.2
25	五	糙米飯 白米、糙米	紅麴雞丁 雞肉、西芹、鮮菇-煮	瓜仔干丁 豆干、絞肉、冬瓜、脆瓜-煮	履歷蔬菜	蘿蔔肉絲湯 蘿蔔、豬肉、鮮菇		5.7	2.4	1.8
28	一	香蔥 雞肉飯 白米、玉米、蘿蔔、雞肉、紅蔥	芝香豬排 豬排 X1、芝麻-烤	雞柳條 X2 雞柳條 X2-炸	履歷蔬菜	紫菜蛋花湯 雞蛋●、蘿蔔、紫菜		5.9	2.3	1.8
29	二	白飯 白米	和風咖哩雞 雞肉、南瓜、蘿蔔-煮	蔥花菜脯蛋 雞蛋●、菜脯、青蔥-炒	有機蔬菜	豆腐肉茸湯 豆腐、鮮菇、絞肉	水果	5.6	2.3	2.2
30	三	麥片飯 白米、麥片	海苔燒豬 豬肉、蘿蔔、海苔絲-煮	豆乳洋薯雞 雞肉、洋芋、青豆、豆乳-煮	雙色花椰 白綠花椰、木耳-炒	冬菜粉絲湯 粉絲、冬菜、榨菜、肉絲		5.5	2.4	2
7/1	四	有機白飯 有機白米	宮保雞丁 雞肉、鮑菇、彩椒、花生●-煮	高麗回鍋肉 豬肉、豆干、高麗菜、青蔥-炒	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐、竹筍、肉絲、木耳、雞蛋	水果	5.6	2.4	2.1
2	五	紅扁豆飯 白米、紅扁豆	蜜汁豬排 豬排 X1-燒	醬燒魚條 X2 魚條● X2、洋蔥-燒	有機蔬菜	小魚味噌湯 豆腐、小魚乾●、味噌		5.6	2.4	2.1

主要種類(次/月)

主菜食材特性分析(次/月)

副菜食材特性分析

加工品

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

魚肉類

其他類

油炸品

甜湯

1次

0次

12次

10次

23次

0次

4次

2次

4次

3次