



# 新北食品 112年1月菜單

## 中山國小



\*本公司使用之生鮮食材皆為國產及非基改並符合三章一Q規範，敬請安心食用。

地址：新北市三重區聯通路一段99號 營養師：陳冠瑋(營養字第009647號)、陳淑婷(營養字第010496)、吳學儒(營養字第010830)、李孟軒(營養字第010543)、林芳吟(營養字第009677) 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	水果	豆類	蔬菜	肉類	蛋類	其他
3	二	焗烤 奶醬 義大利麵	嫩煎 豬排×1	麥克雞塊×2	有機 蔬菜	~甜~ 紅豆 紫米粥					800
		雞、洋葱、鮮蔬、起司粉	豬排-煎	麥克雞塊-炸		紅豆、紫米					
4	三	白飯	香酥雞×4	絞肉豆腐	青菜	薑絲冬瓜湯					760
		白米	雞肉、豆段-炸	△豆腐、豬肉、鮮蔬-煮		冬瓜、薑		5.0	2.6	2.6	2.7
5	四	有機白飯	蠔香肉柳	紅蘿蔔炒蛋	有機 蔬菜	番茄羅宋湯					800
		有機白米	豬肉、鮮蔬-炒	雞蛋、紅蘿蔔-炒		番茄、鮮蔬	水果	5.0	2.5	2.4	2.4
6	五	白飯	蔥燒魚丁	芹香干絲	青菜	芙蓉玉米湯					790
		白米	生鮮魚丁、鮮蔬、蔥-煮	海帶絲、△白干絲、芹菜-炒		玉米、△雞蛋		5.5	2.5	2.1	2.5
7	六	五穀飯	高昇排骨	白菜西魯肉	青菜	鮮蔬雞湯					700
		白米、△五穀米	豬肉、蔥-煮	大白菜、鮮蔬、豬肉、△雞蛋-炒		大頭菜、雞肉		5.0	2.5	2.4	2.3
9	一	蒜香肉蓉 蛋炒飯	香酥 雞腿排×1	洋芋炒蛋	有機 蔬菜	芹菜蘿蔔湯					791
		白米、豬肉、△雞蛋、鮮蔬	雞腿排-炸	△雞蛋、馬鈴薯-炒		白蘿蔔、芹菜		5.5	2.4	2.5	2.3
10	二	麥片飯	打拋豬	南洋咖哩凍腐	有機 蔬菜	招牌蛋花湯					700
		白米、麥片	豬肉、鮮蔬、九層塔-炒	馬鈴薯、紅蘿蔔、△凍豆腐-煮		△雞蛋、鮮蔬	水果	5.0	2.2	2.2	2.4
11	三	白飯	親子丼	綜合關東煮	青菜	日式豆腐湯					790
		白米	雞肉、△雞蛋、鮮蔬-煮	蘿蔔、△甜不辣、海帶絲-煮		△豆腐、△柴魚、△味噌		5.0	2.5	2.4	2.4
12	四	有機白飯	醃醃滷肉	香菇赤肉羹	有機 蔬菜	海苔雞湯					700
		有機白米	豬肉、鮮蔬、麵線-滷	肉羹、筍、香菇、木耳-煮		海帶芽、雞肉	水果	5.0	2.4	2.3	2.6
13	五	海苔 香鬆飯	安東燻雞	蜜汁黑干	青菜	田園蔬菜湯					700
		白米、△海苔香鬆(附歡樂分亨包)	雞肉、馬鈴薯、鮮蔬-炸	△黑干、榨菜-滷		南瓜、紅蘿蔔		5.5	2.5	2.5	2.4
16	一	燕麥飯	照燒肉柳	可樂餅×1	有機 蔬菜	番茄蛋花湯					790
		白米、燕麥	豬肉、鮮蔬-炒	可樂餅-炸		番茄、△雞蛋		5.0	2.5	2.4	2.6
17	二	白飯	蒲燒雞 熱炒高麗	紅燒石斑 + 有機蔬菜		柴魚味噌湯					700
		白米	雞肉、鮮蔬、△白芝麻-煮	△石斑魚、鮮蔬-煮	高麗菜、木耳-炒	菇、△柴魚、△味噌	水果	5.5	2.4	2.2	2.6
18	三	小米飯	蒜味豬排×1	沙嗲肉蓉粉絲	青菜	昆布湯					790
		白米、小米	豬排-煎	冬粉、洋葱、豬肉、蔥-炒		海帶芽、鮮蔬		5.0	2.4	2.2	2.6
19	四	有機白飯	茶碗蒸	佃煮蘿蔔	有機 蔬菜	~甜~ 芋頭 西米露					700
		有機白米	△雞蛋-蒸	紅蘿蔔、馬鈴薯-煮		芋頭、西谷米、△奶粉	水果	5.5	2.5	2.5	2.3

→本菜單內容含有過敏原：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 蟹類 7. 芝麻 8. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硝酸鹽等製品及其相關製品、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)		
豆類及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	魚肉類	其他	油炸品	甜湯		
0次	1次	7次	6次	14次	0次	3次	2次	2次		