



新北食品 112年8+9月菜单

本公司所用之生鲜食材皆為國產、非輻射污染食品及非基改食材並符合三章一Q規範，敬請安心食用。電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364

地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)林芳妤(營養字第009677號)吳亭婧(營養字第010830號)郭馥嘉(營養字第011610號)已投保明台產物1億產品責任險。

中山國小

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	附餐	全穀 雜糧	豆魚 蛋白	蔬菜	油脂	水果	熱量	
30	三	白飯 白米	蘿蔔滷肉 豬肉.蘿蔔.滷	玉米炒蛋 △雞蛋.玉米.鮮蔬.炒	履歷蔬菜	黃瓜雞湯 大黃瓜.鮮蔬.雞肉	5.9	2.5	2	2.4		759	
31	四	糙米有機飯 有機白米.糙米	塔香三杯雞 雞肉.菇.九層塔.炒	白菜肉羹 肉羹.大白菜.鮮蔬.煮	有機蔬菜	味噌豆腐湯 △豆腐.鮮蔬.味噌.△柴魚	水果	5.4	2.5	2.2	2.3	1 784	
1	五	白飯 白米	蒲燒鯛魚排X1 △鯛魚.蒸	蒜泥肉片 豬肉.鮮蔬.蒜.煮	履歷蔬菜	番茄蛋花湯 番茄.△雞蛋		5.6	2.4	2.1	2.5	1 737	
4	一	咖哩炒烏龍 麵.鮮蔬.豬肉	鹽酥雞X4 雞肉.鮮蔬.炸	清炒甘藍 高麗菜.炒	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯 馬鈴薯.鮮蔬.豬肉		5.4	2.5	2.2	2.5	1 733	
5	二	白飯 白米	紅燒豬腳 豬肉.豬腳.筍干.滷	炒甜不辣 △甜不辣.鮮蔬.炒	有機蔬菜	芙蓉玉米湯 玉米.△雞蛋	水果	5.5	2.3	2.1	2.4	1 778	
6	三	雜糧飯 白米.△雜糧米	蒜味花生炒雞 雞肉.鮮蔬.△花生.蒜.炒	柴魚油腐煮 △油豆腐.蘿蔔.△柴魚.煮	履歷蔬菜	肉骨茶湯 鮮蔬.菇.豬肉		5.4	2.4	2.2	2.4	1 721	
7	四	有機白飯 有機白米	蜜汁豬排 X1 豬排.燒	鮮蔬炒蛋 △雞蛋.鮮蔬.炒	有機蔬菜	~涼~ 芋香西米露 芋頭.西谷米.△奶粉	水果	5.6	2.3	2	2.4	1 783	
8	五	藜麥飯 白米.藜麥	義式燉雞 雞肉.鮮蔬.番茄.燉	☆花枝丸X2 △花枝丸.烤	履歷蔬菜	裙帶豆腐湯 海帶芽.△豆腐		5.4	2.4	2	2.5	1 721	
11	一	白飯 白米	照燒魚丁 △生鮮水煮魚.鮮蔬.洋芋.煮	腰果雞粒什錦 玉米.雞肉.鮮蔬.△腰果.炒	有機蔬菜	白玉雞湯 羅荀.雞肉		5.4	2.5	2.1	2.5	1 731	
12	二	香菇肉絲 油飯 白米50%.糯米.豬肉.香菇	香烤小雞腿X2 翅小腿.烤	紅燒獅子頭X1 獅子頭.鮮蔬.煮	有機蔬菜	味噌蔬菜湯 鮮蔬.味噌.△柴魚	水果	5.6	2.4	2	2.4	1 790	
13	三	白飯 白米	蔬菜肉片 豬肉.鮮蔬.木耳.炒	南瓜燒豆腐 △豆腐.南瓜.鮮蔬.煮	履歷蔬菜	脆薯蛋花湯 豆薯.△雞蛋		5.6	2.3	2.2	2.3	1 723	
14	四	蕎麥有機飯 有機白米.蕎麥	玉米蒸蛋 △雞蛋.玉米.蒸	白醬洋芋 馬鈴薯.鮮蔬.△奶粉.煮	有機蔬菜	~涼~ 珍珠奶茶 珍珠.紅茶.△奶粉	水果	5.4	2.4	2.2	2.3	1 777	
蔬食日	15	五	白飯 白米	泰式打拋豬 豬肉.番茄.鮮蔬.九層塔.炒	麥克雞塊X2 麥克雞塊.烤	履歷蔬菜	昆布嫩雞湯 海帶芽.雞肉		5.9	2.3	2	2.4	1 744
	18	一	麥片飯 白米.麥片	韓式年糕雞 雞肉.鮮蔬.年糕.煮	豬肉白玉煮 豬肉.蘿蔔.煮	有機蔬菜	大醬豆腐湯 △豆腐.鮮蔬.味噌		5.4	2.5	2.2	2.4	1 729
19	二	焗烤 肉醬義大利麵 麵.番茄.鮮蔬.豬肉.△起司絲	骰子豬X3 豬肉.長豆.炸	蒜香甘藍 高麗菜.鮮蔬.炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米.鮮蔬.△雞蛋.△奶粉	水果	5.6	2.4	2	2.5	1 795	
20	三	三穀飯 白米.△三穀米	蘑菇醬雞丁 雞肉.鮮蔬.蘑菇.炒	絲瓜凍豆腐 △凍豆腐.絲瓜.木耳.煮	履歷蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽.△雞蛋		5.6	2.3	2	2.4	1 723	
21	四	有機白飯 有機白米	醬燒豬排X1 豬排.燒	紅蘿蔔炒蛋 △雞蛋.紅蘿蔔.炒	有機蔬菜	~涼~ 仙草蜜 仙草	水果	5.4	2.5	2.1	2.4	1 786	
22	五	芝麻飯 白米.△黑芝麻	義式烤雞排X1 雞排.烤	甘藷條X4 地瓜.烤	履歷蔬菜	羅宋湯 鮮蔬.番茄.豬肉		5.9	2.5	2.1	2.5	1 766	
23	六	白飯 白米	鳳梨咕咾肉 豬肉.鮮蔬.鳳梨.燒	豆干炒肉絲 豬肉.△豆干.鮮蔬.炒	有機蔬菜	青木瓜煲湯 青木瓜.雞肉		5.4	2.4	2.2	2.5	1 726	
25	一	白飯 白米	香菇肉燥 豬肉.鮮蔬.香菇.花瓜.煮	海鮮捲X1 △海鮮捲.烤	有機蔬菜	大滷湯 △豆腐.△雞蛋.鮮蔬		5.7	2.5	2	2.5	1 749	
26	二	什錦肉絲 炒飯 白米.豬肉.鮮蔬	炙烤雞翅X1 三節雞翅.烤	香甜玉米 玉米.鮮蔬.炒	有機蔬菜	海帶芽湯 海帶芽.薑	水果	5.9	2.3	2.1	2.3	1 802	
27	三	白飯 白米	嫩汁肉條X4 豬肉.烤	番茄豆腐蛋 △雞蛋.△豆腐.番茄.煮	履歷蔬菜	鮮蔬雞湯 鮮蔬.菇.雞肉		5.4	2.4	2.1	2.5	1 723	
28	四	五穀有機飯 有機白米.△五穀米	香酥小雞腿X2 翅小腿.炸	塔香肉片 豬肉.鮮蔬.九層塔.炒	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔.豬肉	水果	5.4	2.5	2.2	2.3	1 784	

一本菜單內含有堅果、芝麻、杏仁與腰果、大豆等食材，有過敏質者，敬請小心食用。I

◎過敏原包含：1.甲殼類 2.芒果 3.花生 4.牛奶 5.蛋 6.堅果 7.芝麻 8.含乳質之豆製品 9.大豆 10.魚類 11.亞硝酸鹽等製品及其相關製品

本店使用
臺灣豬

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)	
		加工食品		加工食品			
豆類及其製品 0次	魚肉及海鮮 2次	生鮮食材	標哩 食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯
豬肉 10次	雞肉 10次	23次	0次	3次	4次	3次	3次