



新北食品

113年2月菜單

中山國小

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改造食材並符合三章一Q規範，敬請安心食用。

◎本菜單含有中蝦類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀類、大豆、魚類及其製品、不適合對其過敏體質者食用！

電話：(02) 29851830 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)、林芳舒(營養字第009677)、吳亭嫻(營養字第010830)、郭麗嘉(營養字第011610) 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	附餐	金雞 雞腿	百香 果肉	蔬菜	油麵	水果	熱量	
16	五	白飯 白米	★脆皮 小雞腿X2 翅小腿-炸	酢醬肉燥 豆干, 豬絞肉, 蔬菜, 蒜-煮	履歷蔬菜	虱目魚丸湯 魚丸, 蘿蔔, 芹菜	5.3	2.5	2.1	2.6		728	
17	六	小米有機飯 有機白米, 小米	蘿蔔燻肉 豬腿肉, 蘿蔔, 麵輪-湯	腰果雞粒什錦 玉米, 雞肉, 蔬菜, 腰果-炒	有機蔬菜	大滷湯 豆腐, 蔬菜, 筍	水果	5.5	2.5	2	2.5	1	795
19	一	白飯 白米	春川炒雞 雞肉, 蔬菜, 年糕-炒	肉絲長豆 豬肉, 長豆, 蔬菜-炒	有機蔬菜	韓式海芽湯 洋芋, 海帶芽, 小魚干, 雞肉	5.7	2.5	2.1	2.5		752	
20	二	奶香菇菇 義大利麵 麵, 蔬菜, 菇, 豬肉	嫩汁豬排X1 豬排-燒	海苔魷魚丸X2 魷魚丸, 海苔粉-烤	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米, 蔬菜, 雞蛋, 奶粉	水果	5.7	2.4	2	2.6	1	806
21	三	白飯 白米	★雞米花X4 雞肉, 蔬菜-炸	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋, 紅蘿蔔, 蔬菜-炒	履歷蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔, 豬肉	5.7	2.5	2	2.6		754	
							產履豆漿 (當日供餐滿10天)						
22	四	糙米有機飯 有機白米, 糙米	茶碗蒸 雞蛋-蒸	總匯干丁 玉米, 豆干, 毛豆-炒	有機蔬菜	 ~甜~元宵 紅豆湯圓 紅豆, 小湯圓	水果	5.3	2.4	2.1	2.6	1	781
蔬食日													
23	五	白飯 白米	醬燒魚丁 生鮮魚丁, 蔬菜, 蔥-煮	麻婆嫩腐 豆腐, 蔬菜, 豬絞肉-煮	履歷蔬菜	結頭排骨湯 結頭菜, 豬肉	5.3	2.5	2	2.5		721	
26	一	芝麻飯 白米, 黑芝麻	梅干扣肉 豬腿肉, 蘿蔔, 筍干, 梅菜-湯	☆茄汁甜不辣 甜不辣, 蔬菜-炒	有機蔬菜	~甜~ 綠豆Q粉條 綠豆, 粉條	5.5	2.5	2.1	2.6		742	
27	二	白飯 白米	和風咖哩雞 雞肉, 洋芋, 蔬菜-煮	回鍋肉片 豬腿肉, 豆干, 蔬菜-炒	有機蔬菜	日式味噌湯 豆腐, 海帶芽, 味噌, 柴魚	水果	5.5	2.5	2.1	2.5	1	798



~ 228和平紀念日放假 ~

29	四	什錦肉絲 炒飯 有機白米、蔬菜、豬肉	椒鹽豬排X1 豬排-燒	洋芋燉雞 洋芋、雞肉、 蔬菜、奶粉-燉	有機蔬菜	時蔬雞湯 蔬菜、雞肉	水果	5.5	2.5	2	2.5	1	795
----	---	--------------------------	----------------	---------------------------	------	---------------	----	-----	-----	---	-----	---	-----



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		加工食品			
0次	豬肉	1次	雞肉	魚肉類	其他	油炸	甜湯
4次	4次	4次	4次	2次	0次	2次	2次