



上將 食品

115年1+2月



中山或小

◎地址:新北市新莊區幸福東路86號 ◎服務專線:(02)2996-9305 ◎E-mail:kh9305@gmail.com *本公司全面使用非基因改造玉米及豆製品 *未使用輻射污染食品 *菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶奶及半奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等，不適合其過敏體質者食用 ◎營養師：黃詠怡 (營養字第3906號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐					
2	五	白飯 白米	和風咖哩豬 豬肉,洋芋,蔬菜-煮	▲★炸 香雞排X1 香雞堡排(雞肉製品)X1-炸【大成】	標章蔬菜(深綠)	什錦白菜湯 大白菜,雞蛋,蔬菜					
5	一	蕎麥飯 白米,蕎麥	冰糖雞翅X1 雞翅X1-滷	南瓜肉片 南瓜,豬肉,蔬菜,青豆-炒	有機福山萵苣	海苔味噌湯 豆腐,海苔,味噌					
6	二	有機白飯 有機白米	鮮茄紅燒豬 豬肉,番茄,蔬菜-燒	蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	有機小白菜	玉米濃湯 玉米,蔬菜,雞蛋					
7	三	白飯 白米	蜜汁地瓜雞 帶骨雞肉,地瓜,蔬菜-燒	沙茶東腐煲 東腐,鈎肉,蔬菜-煮	標章蔬菜(深綠)	結菜肉絲湯 結頭菜,豬肉絲,蔬菜					
8	四	青醬蕈菇 義大利麵 麵,蔬菜,鮪魚,鮮菇	★炸 豬排X1 豬排X1-炸	(焗 烤) 卡邦尼洋芋雞 帶骨雞肉,洋芋,蔬菜,起司-焗	有機山茼蒿	~甜~ 芋香奶奶露 芋頭,西谷米,奶奶					
9	五	麥片飯 白米,麥片	三杯雞 帶骨雞肉,竹筍,九層塔-燒	鹹豬肉炒高麗 高麗菜,白製鹹豬肉,蔬菜-炒	標章蔬菜(深綠)	紅燒排骨湯 番茄,排骨,蔬菜					
12	一	雜糧飯 白米,雜糧米	打拋醬魚肉 魚肉,番茄,洋蔥,九層塔-燒	家常蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	有機荷葉白菜	鮮菇赤肉羹 蔬菜,豬肉絲,金針菇,雞蛋					
13	二	招牌 香菇油飯 有機白米,糯米,豬肉,香菇	★炸 大雞腿X1 雞腿X1-炸	▲清炒甜不辣 (有機杏鮑菇) 甜不辣(魚膠製品)蔬菜,有機菇-炒【三統】	有機高麗菜+ 有機杏鮑菇	~甜~ 紅豆紫米 紅豆,紫米,麥片					
14	三	糙米飯 白米,糙米	燒烤醬豬肉 豬肉,薑蔥,蔬菜-燒	什錦鹹水雞 帶骨雞肉,竹筍,長豆,玉米筍-煮	標章蔬菜(深綠)	番茄蛋花湯 番茄,雞蛋,蔬菜					
15	四	芝麻飯 白米,芝麻 蔬食	【焗 烤】 香草歐姆蛋 洋芋,雞蛋,香草,起司-焗	泡菜豆包 豆包,白製泡菜,蔬菜-蒸	有機蔬菜	海帶蓮藕湯 海帶乾,蔬菜,蓮藕					
16	五	白飯 白米	蒜泥白肉 豬肉,洋蔥-煮	▲★炸 麥克雞塊X3 雞塊(雞肉製品)X3-炸【大成】	標章蔬菜(深綠)	結菜鮮雞湯 結頭菜,帶骨雞肉,木耳					
19	一	洋蔥仁飯 白米,洋蔥仁	燒 小雞腿X2 雞小腿X2-燒	▲香菇肉燥丸子 魚丸切,絞肉,香菇,蔬菜-滷	有機八菜	~甜~ 花豆燒仙草 仙草汁,花豆,地瓜圓					
20	二	燕麥有機飯 有機白米,燕麥	孜然豬肉 豬肉,蘿蔔-燒	★炸 香酥雞翅X1 三節雞翅X1-炸	有機青江菜	糯米雞湯 洋芋,帶骨雞肉,糯米					
21	三	白飯 白米	南瓜雞 帶骨雞肉,南瓜-燒	冰糖滷味 四方干,滷帶乾,蔬菜-滷	標章蔬菜(深綠)	新馬肉骨茶 高麗菜,帶骨,豆皮					
22	四	金瓜 炒雙粉 米粉,冬粉,南瓜,豬肉,蔬菜	蜜汁肉排X1 豬排X1-燒	韓式黃芽 黃豆芽,蔬菜,泡菜-炒	有機黑葉白菜	香菇雞湯 蔬菜,帶骨雞肉,香菇					
23	五	白飯 白米	鹽蔥燒雞 帶骨雞肉,薑蔥,青蔥-燒	筍香肉絲 竹筍,肉絲,蔬菜-炒	標章蔬菜(深綠)	味噌大醬湯 豆腐,豬肉,蔬菜					
主要種類(次/月)				生鮮食材特性分析(次/月)	副菜食材特性分析(次/月)	其它分析(次/月)					
蛋豆製品	魚肉種類	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理肉品	▲加工品	★油炸品	甜湯			
1次	1次	7次	7次	16次	0次	12次	4次	5次			
~~ 放寒假囉 ☺ 過年假期愉快 ~~											
2/23	一	白飯 白米	沙嗲洋芋豬 豬肉,洋芋,蔬菜-煮	綿密蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	有機蔬菜	金針雞湯 蘿蔔,帶骨雞肉,金針花	5.9	2.4	2.2	2.4	756
24	二	香鬆 有機飯 有機白米,海苔香鬆(附包)	香烤雞排X1 雞排X1-烤	日式關東煮 蘿蔔,四方干,豬肉片,蔬菜-煮	有機蔬菜	~甜~ 綠豆湯 綠豆,麥片	5.6	2.3	2.2	2.3	723
25	三	紅扁豆飯 白米,紅扁豆	培香燒豬 豬肉,竹筍,蔬菜-燒	▲★炸 甜心地瓜椪X3 地瓜椪(慈幼,地瓜製品)X3-炸【三統】	標章蔬菜(深綠)	冬瓜雞湯 冬瓜,帶骨雞肉,枸杞	5.7	2.4	2.1	2.4	740
26	四	白飯 白米	★炸 椒鹽雞翅X1 三節雞翅X1-炸	洋蔥紅絲蛋 洋蔥,雞蛋,蘿蔔-炒	有機蔬菜	柴魚味噌湯 豆腐,蔬菜,柴魚,味噌	5.5	2.4	2.2	2.4	728
主要種類(次/月)				生鮮食材特性分析(次/月)	副菜食材特性分析(次/月)	其它分析(次/月)					
蛋豆製品	魚肉種類	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理肉品	▲加工品	★油炸品	甜湯			
0次	0次	2次	2次	4次	0次	3次	1次	2次			1次

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐					
2/23	一	白飯 白米	沙嗲洋芋豬 豬肉,洋芋,蔬菜-煮	綿密蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	有機蔬菜	金針雞湯 蘿蔔,帶骨雞肉,金針花					
24	二	香鬆 有機飯 有機白米,海苔香鬆(附包)	香烤雞排X1 雞排X1-烤	日式關東煮 蘿蔔,四方干,豬肉片,蔬菜-煮	有機蔬菜	~甜~ 綠豆湯 綠豆,麥片					
25	三	紅扁豆飯 白米,紅扁豆	培香燒豬 豬肉,竹筍,蔬菜-燒	▲★炸 甜心地瓜椪X3 地瓜椪(慈幼,地瓜製品)X3-炸【三統】	標章蔬菜(深綠)	冬瓜雞湯 冬瓜,帶骨雞肉,枸杞					
26	四	白飯 白米	★炸 椒鹽雞翅X1 三節雞翅X1-炸	洋蔥紅絲蛋 洋蔥,雞蛋,蘿蔔-炒	有機蔬菜	柴魚味噌湯 豆腐,蔬菜,柴魚,味噌					
主要種類(次/月)				生鮮食材特性分析(次/月)	副菜食材特性分析(次/月)	其它分析(次/月)					
蛋豆製品	魚肉種類	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理肉品	▲加工品	★油炸品	甜湯			
0次	0次	2次	2次	4次	0次	3次	1次	2次			1次