



# 上將食品 115年4月



# 中山國小

◎地址: 新北市新莊區幸福路86號 ◎服務專線: (02)2996-9305 ◎E-mail: kh9305@gmail.com \*本公司全面使用非基改玉米及豆製品 \*未使用輻射污染食品 營養師: 黃詠怡 (營養字第3906號)

\*菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等，標示「◎」，不適合其過敏體質者食用

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全穀雜糧	豆魚肉	蔬菜	油類	熱量	
1	三	白飯 白米	鹽蔥豬肉 豬肉, 蘿蔔, 青蔥-燒	醬滷方干雞 四方干, 帶骨雞肉, 蔬菜-滷	標章蔬菜(深綠)	白菜雞湯 大白菜, 帶骨雞肉		5.5	2.5	2.1	2.3	729
2	四	什錦肉絲烏龍麵 麵, 蔬菜, 豬肉	滷雞翅X1 三節雞翅X1-滷	▲鍋貼X2 鍋貼(麵皮, 豬肉製品)X2, 蔬菜-蒸【三統】	有機荷葉白菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔, 排骨, 芹菜	水果	5.6	2.3	2.2	2.4	728
7	二	有機白飯 有機白米	日式咖哩豬 豬肉, 洋芋, 蔬菜-煮	★▲炸 麥克雞塊X2 雞塊(雞肉製品)X2-炸【大成】	有機小白菜	~甜~ 綠豆麥片湯 綠豆, 麥片	水果	5.7	2.4	2.2	2.5	747
8	三	白飯 白米	義式香料雞 帶骨雞肉, 洋蔥, 番茄, 香料-煮	肉燥干丁 豆干丁, 豬絞肉, 蔬菜-煮	標章蔬菜(深綠)	冬瓜肉絲湯 冬瓜, 豬肉絲, 薑絲		5.5	2.4	2.2	2.3	724
9	四	燕麥飯 白米, 燕麥	紅燒骰子豬 豬肉, 蘿蔔-燒	★炸 卡啦雞翅X1 三節雞翅X1-炸	有機高麗菜	味噌湯 豆腐, 海芽, 味噌	水果	5.7	2.4	2.1	2.4	740
10	五	藜麥飯 白米, 白藜麥	春川泡菜雞 帶骨雞肉, 自製泡菜, 蔬菜-煮	▲醬燒福州丸X1 福州丸(豬肉, 魚肉製品)X1, 蔬菜, 絞肉-煮【三統】	標章蔬菜(深綠)	南洋肉骨茶 蔬菜, 排骨, 自製肉骨茶包		5.5	2.4	2.2	2.3	724
13	一	白飯 白米	和風壽喜豬 豬肉, 洋蔥, ◎芝麻-煮	蒸蛋 ◎雞蛋, 蔬菜-蒸	有機黑葉白菜	~甜~ 西米露醇奶 芋頭, 西谷米, ◎奶粉	履歷豆奶	5.7	2.3	2.2	2.4	735
14	二	招牌上海菜飯 有機白米, 青菜, 豬肉, 鮮菇	★炸 香雞排X1 去骨雞排X1-炸	開陽蒲瓜 (有機金針菇) 蒲瓜, 蔬菜, 有機菇, ◎蝦米-煮	有機味美菜+ 有機金針菇	味噌蛋花湯 豆腐, ◎雞蛋, 味噌	水果	5.5	2.4	2.2	2.4	728
15	三	小米飯 白米, 小米	杏片南瓜豬 豬肉, 南瓜, ◎杏仁片-燒	雞肉親子丼 帶骨雞肉, 洋蔥, ◎雞蛋, 海苔絲-煮	標章蔬菜(深綠)	酸辣湯 豆腐, 竹筍, ◎雞蛋, 蔬菜		5.7	2.5	2.1	2.4	747
16	四	白飯 白米	海芽脆薯炒蛋 ◎雞蛋, 豆薯, 海芽-炒	鮮菇豆腐煲 豆腐, 鮮菇-煮	有機白松菜	金針蔬菜湯 蔬菜, 金針花	水果	5.5	2.3	2	2.3	711
17	五	雜糧飯 白米, 雜糧米	醬燒洋芋魚 ◎魚肉, 洋芋-煮	★▲炸 雞堡肉排X1 雞堡排(雞肉製品)X1-炸【大成】	標章蔬菜(深綠)	香菇雞湯 結頭菜, 帶骨雞肉, 香菇		5.8	2.4	2	2.4	744
20	一	白飯 白米	南洋咖哩雞 帶骨雞肉, 南瓜, 蔬菜-煮	茶葉蛋X1 ◎帶殼雞蛋X1, 茶包-滷	有機高麗菜	味噌豆腐湯 豆腐, 蔬菜, 味噌		5.8	2.4	2.1	2.3	742
21	二	胚芽有機飯 有機白米, 胚芽	蔥爆豚肉 豬肉, 洋蔥, 青蔥-炒	★炸雞米花X4 帶骨雞肉X4-炸	有機山菠菜	鮮瓜雞湯 鮮瓜, 帶骨雞肉	水果	5.5	2.3	2.1	2.4	718
22	三	白飯 白米	筍香燒雞 帶骨雞肉, 竹筍, 蔬菜-燒	鹹豬肉炒高麗菜 高麗菜, 自製鹹豬肉, 蔬菜-炒	標章蔬菜(深綠)	番茄排骨湯 蘿蔔, 番茄, 排骨		5.5	2.3	2.2	2.3	716
23	四	櫻花蝦香菇油飯 糯米, 白米, 豬肉, 蔬菜, ◎櫻花蝦	古早味肉排X1 帶骨豬排X1-滷	綜合鹽水雞 帶骨雞肉, 凍豆腐, 蔬菜-煮	有機小白菜	~甜~ 雙圓燒仙草 仙草汁, 芋圓, 地瓜圓	水果	5.7	2.3	2.2	2.3	730
24	五	白飯 白米	紅麴醬雞丁 帶骨雞肉, 蘿蔔, 小黃瓜-燒	▲燒賣X2 鮮肉燒賣(麵皮, 豬肉製品)X2, 蔬菜-蒸【三統】	標章蔬菜(深綠)	赤肉羹 竹筍, 鮮菇, 肉絲, ◎雞蛋		5.7	2.4	2	2.4	737
27	一	卡邦尼白醬義大利麵 麵, 蔬菜, 絞肉	味噌回鍋肉 豬肉, 高麗菜, 蔬菜-炒	★▲炸 檸檬雞柳條X2 雞柳條(雞肉製品)X2-炸【大成】	有機味美菜	南瓜濃湯 南瓜, 蔬菜, ◎雞蛋		5.6	2.4	2.1	2.3	728
28	二	蕎麥有機飯 有機白米, 蕎麥	芝麻照燒雞 帶骨雞肉, 洋蔥, ◎芝麻-燒	肉末蒸蛋 ◎雞蛋, 蔬菜, 絞肉-蒸	有機荷葉白菜	紅燒排骨湯 蔬菜, 番茄, 排骨	水果	5.5	2.3	2.1	2.3	714
29	三	白飯 白米	韓式泡菜豬 豬肉, 自製泡菜, 金針菇-燒	玉米雞茸 玉米, 雞絞肉, 蔬菜-炒	標章蔬菜(深綠)	梅菜雞湯 蔬菜, 帶骨雞肉, 梅干, 柴魚片		5.6	2.3	2.2	2.4	728
30	四	白飯 白米	三杯魚 魚肉, 竹筍, 九層塔-燒	香草薯塊蛋 ◎雞蛋, 洋芋, 香草-炒	有機青松菜	大醬豆腐湯 豆腐, 豬肉, 鮑菇	水果	5.7	2.3	2.2	2.4	735

★表示油炸品 ▲表示加工 ※本菜單含有海鮮、堅果、奶製品及蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！

主要種類(次/月)			主要食材特性分析(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	生鮮食材	▲調理加工品	★油炸品	甜湯
1次	2次	9次	8次	20次	0次	14次	6次	6次	3次