



新北食品 112年5月菜單

東門國小

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品並符合三零一〇規範，敬請安心食用。電話：(02) 29851830 傳真：(02) 29806364 已投保台灣產物1億產品責任險。
地址：新北市三鶯區國道一段59號 雙豐號(雙豐字第009647號)、陳淑輝(雙豐字第010986)、林秀妹(雙豐字第009677)、吳享熾(雙豐字第010830)

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 蔬菜 | 湯品 | 附餐 | 全穀類 | 豆類 | 蛋類 | 蔬菜 | 油脂 | 水果 | 熱量 |
|----|----|--------------------|-------------------------|------------------------|------------------------|-------------------------|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 2 | 二 | 香鬆有機白飯 | 薑燒豬肉 豬肉、鮮蔬、薑、白芝麻-煮 | 可樂餅X1 可樂餅-烤 | 鐵板豆芽 豆芽菜、鮮蔬、豆包-炒 | 有機蔬菜 冬瓜、薑 | 冬瓜湯 | 水果 | 6.3 | 2.6 | 2.0 | 2.5 | 1.0 | 859 |
| 3 | 三 | 糙米飯 | 鹹水雞 雞肉、鮮蔬-拌 | 酢醬肉燥 豆干、豬肉、菇、鮮蔬-煮 | 嫩汁白菜 大白菜、南瓜、鮮蔬-煮 | 有機蔬菜 紅豆、紫米 | 紅豆紫米粥 | | 6.2 | 2.5 | 2.1 | 2.3 | | 778 |
| 4 | 四 | 白醬蘑菇義大利麵 | 排骨酥X4 豬肉、長豆-炸 | 洋芋炒蛋 雞蛋、馬鈴薯、鮮蔬-炒 | 芹菜海絲 海帶絲、芹菜、鮮蔬-煮 | 有機蔬菜 玉米、鮮蔬、雞蛋、奶粉 | 玉米濃湯 | | 6.4 | 2.6 | 2.0 | 2.6 | | 810 |
| 5 | 五 | 薏仁飯 | 蒲燒鯛魚X1 鯛魚-蒸 | 炒甜不辣 甜不辣、鮮蔬-炒 | 鮮蔬扁蒲 扁蒲、鮮蔬-炒 | 有機蔬菜 豆腐、蘿蔔、味噌、柴魚 | 味噌蘿蔔湯 | | 6.3 | 2.4 | 2.0 | 2.5 | | 784 |
| 8 | 一 | 白飯 | 泰式打拋豬 豬肉、鮮蔬、九層塔-炒 | 南瓜豆腐煲 豆腐、南瓜、鮮蔬-煮 | 蝦香長豆 長豆、鮮蔬、蝦皮-炒 | 有機蔬菜 海帶芽、雞蛋 | 海芽蛋花湯 | | 6.3 | 2.4 | 2.2 | 2.3 | | 780 |
| 9 | 二 | 地瓜有機白飯 | 香烤棒棒腿X2 翅小腿-烤 | 紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒 | 海結燒麵輪 海帶結、麵輪、花生-滷 | 有機蔬菜 蘿蔔、豬肉 | 白玉排骨湯 | 水果 | 6.1 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | 1.0 | 840 |
| 10 | 三 | 白飯 | 壽喜醬燒豬 豬肉、菇、鮮蔬-煮 | 甘藷條X4 地瓜-炸 | 蒜炒高麗 高麗菜、鮮蔬、蒜-炒 | 有機蔬菜 豆腐、鮮蔬 | 田園豆腐湯 | | 6.2 | 2.3 | 2.0 | 2.6 | | 774 |
| 11 | 四 | 芝麻飯 | 日式咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、鮮蔬-煮 | 海鮮排X1 海鮮排-烤 | 薑絲鮮瓜 鮮瓜、菇、薑-炒 | 有機蔬菜 仙草、紅茶、奶粉 | 仙草凍奶茶 | | 6.3 | 2.6 | 2.0 | 2.3 | | 790 |
| 12 | 五 | 白飯 | 無錫排骨 豬肉、蘿蔔-炒 | 塔香黑豆干 黑豆干、菇、九層塔-滷 | 雙色花椰 白、綠花椰菜、鮮蔬-炒 | 有機蔬菜 馬鈴薯、雞肉、紅棗、枸杞、參鬚 | 參鬚雞湯 | | 6.0 | 2.5 | 2.1 | 2.3 | | 764 |
| 15 | 一 | 胚芽飯 | 椒鹽香酥雞X4 雞肉、長豆-炸 | 咖哩肉醬 馬鈴薯、豬肉、鮮蔬-煮 | 豆酥高麗 高麗菜、豆酥-炒 | 有機蔬菜 山粉圓 | 清甜山粉圓 | | 6.2 | 2.6 | 2.2 | 2.3 | | 788 |
| 16 | 二 | 有機白飯 | 蔥燒肉柳 豬肉、鮮蔬、蔥-炒 | 茄汁雞肉丸X1 玉米、雞肉丸、鮮蔬-煮 | 香菇扁蒲 扁蒲、香菇-炒 | 有機蔬菜 海帶芽、鮮蔬、味噌、柴魚 | 味噌海芽湯 | 水果 | 6.3 | 2.4 | 2.0 | 2.4 | 1.0 | 839 |
| 17 | 三 | 藜麥飯 | 韓式年糕雞 雞肉、鮮蔬、年糕條-煮 | 芝香豆干 豆干、白芝麻-滷 | 枸杞絲瓜 絲瓜、菇、枸杞-煮 | 有機蔬菜 蘿蔔、香菜 | 紅燒蘿蔔湯 | | 6.0 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | | 773 |
| 18 | 四 | 古早味肉絲油飯 【白米50%】 | 蒜味豬排X1 豬排-燒 | 洋蔥炒蛋 雞蛋、洋蔥、鮮蔬-炒 | 雜菜冬粉 鮮蔬、冬粉-炒 | 有機蔬菜 結頭菜、杏鮑菇、雞肉 | 結頭雞湯 | | 6.1 | 2.6 | 2.2 | 2.4 | | 785 |
| 19 | 五 | 燕麥飯 | 沙茶雞丁 雞肉、鮮蔬-炒 | 鮮蔬魚羹 虱目魚羹、鮮蔬、菇-煮 | 清炒筍絲 筍子、鮮蔬-炒 | 有機蔬菜 馬鈴薯、鮮蔬、豬肉 | 羅宋湯 | | 6.2 | 2.4 | 2.0 | 2.6 | | 781 |
| 22 | 一 | 白米 | 紅燒魚丁 生鮮魚丁、鮮蔬、薑-煮 | 玉米炒蛋 雞蛋、玉米-炒 | 塔香海根 海帶根、鮮蔬、九層塔-煮 | 有機蔬菜 綠豆、薏仁 | 綠豆湯 | | 6.0 | 2.5 | 2.2 | 2.3 | | 766 |
| 23 | 二 | 有機白飯 | 番茄燉雞 雞肉、鮮蔬、番茄-燉 | 花枝丸X2 花枝丸-烤 | 芋頭白菜 大白菜、芋頭、鮮蔬、蝦皮-煮 | 有機蔬菜 南瓜、鮮蔬、雞蛋、奶粉 | 西式濃湯 | 水果 | 6.1 | 2.4 | 2.3 | 2.5 | 1.0 | 837 |
| 24 | 三 | 白飯 | 白醬奶香豬 豬肉、馬鈴薯、鮮蔬、奶粉-煮 | 總匯肉末 鮮蔬、豬肉、毛豆-炒 | 炒花椰菜 白、綠花椰菜、菇-炒 | 有機蔬菜 海帶芽、薑 | 海帶芽湯 | | 6.2 | 2.5 | 2.1 | 2.3 | | 778 |
| 25 | 四 | 麥片飯 | 孜然雞丁 雞肉、鮮蔬、白芝麻-炒 | 柴魚油腐煮 油豆腐、蘿蔔、菇、柴魚-煮 | 紅蔥長豆 長豆、鮮蔬-炒 | 有機蔬菜 筍子、菇、豬肉 | 鮮筍排骨湯 | | 6.0 | 2.5 | 2.3 | 2.4 | | 773 |
| 26 | 五 | 白飯 | 瓜仔肉 豬肉、鮮蔬、菇、花瓜-煮 | 麥克雞塊X2 麥克雞塊-炸 | 韭香銀芽 豆芽菜、鮮蔬、韭菜-炒 | 有機蔬菜 玉米、豆腐 | 玉米豆腐湯 | | 6.0 | 2.5 | 2.0 | 2.6 | | 775 |
| 29 | 一 | 什錦炒麵 | 烤雞腿排X1 雞腿排-烤 | 醬燒天婦羅X1 甜不辣-燒 | 鮮蔬冬瓜 冬瓜、鮮蔬-炒 | 有機蔬菜 芋頭、西谷米、奶粉 | 芋頭西米露 | | 6.1 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | | 780 |
| 30 | 二 | 有機白飯 | 咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、鮮蔬-煮 | 豆干炒肉絲 豆干、豬肉、鮮蔬-炒 | 鮮菇高麗菜 高麗菜、菇-炒 | 有機蔬菜 海帶芽、雞肉 | 昆布雞湯 | 水果 | 6.2 | 2.4 | 2.2 | 2.3 | 1.0 | 833 |
| 31 | 三 | 雜糧飯 | 杏片燒雞 雞肉、鮮蔬、杏片-炒 | 番茄豆腐蛋 雞蛋、豆腐、番茄-煮 | 螞蟻上樹 鮮蔬、冬粉、豬肉-炒 | 有機蔬菜 蘿蔔、芹菜 | 芹菜蘿蔔湯 | | 6.3 | 2.6 | 2.0 | 2.4 | | 794 |

→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. 堅果 7. 芝麻 8. 含麸質之穀類 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 0次 豬肉 10次 | 魚肉及海鮮 2次 雞肉 11次 | 生鮮食材 23次 | 調理食品 0次 | 魚肉類 3次 | 其他 4次 | 油炸 4次 | 甜湯 5次 |