



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。

◎本菜單含有甲殼類、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)、林芳婷(營養字第009677)、郭韻嘉(營養字第011610)、許正玲(營養字第011822) 已投保明台產物1億產品責任險。

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附類	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	水果	熱量	
1	一	拿坡里肉醬義大利麵	醬燒骰子豬×4 豬肉、長豆-燒	炒花椰菜 花椰菜、蒜-炒	甘藷條×4 地瓜-炸	有機蔬菜 玉米、雞蛋、蔬菜			5.3	2.6	2.1	2.6	736	
2	二	芝麻有機飯	碳烤雞腿排×1 雞腿排-烤	茶碗蒸 雞蛋-蒸	鮮菇瓠瓜 扁蒲、蔬菜、菇-炒	有機蔬菜 紅豆、粉粿	水果		5.5	2.6	2.1	2.5	1	805



~~ 兒童清明連假 ~~  
園遊會補假



9	二	有機白飯	糖醋魚丁×3 生鮮魚丁、蔬菜-燒	有機木耳炒蛋 雞蛋、有機黑木耳、蔬菜-炒	芝麻海帶結 海帶結、白芝麻-滷	有機蔬菜 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉	水果		5.7	2.5	1.9	2.5	1	807
11	四	醬香什錦肉絲炒飯	香嫩豬排×1 豬排-燒	麥克雞塊×2 雞塊-炸	鮮菇花椰 花椰菜、菇-炒	有機蔬菜 綜合豆、綜合圓			5.5	2.6	2	2.6		747
12	五	蕎麥飯	春川炒雞 雞肉、蔬菜、年糕-炒	鹽燒豬肉 蘿蔔、豬肉-煮	翠炒四季 長豆、紅蘿蔔-炒	履歷蔬菜 豆腐、蔬菜、味噌、柴魚			5.5	2.6	2.2	2.4		743
15	一	白飯	蒜泥肉片 豬肉、蔬菜、蒜-煮	香雞堡排×1 香雞堡排-炸	紅片結頭 結頭菜、紅蘿蔔-炒	有機蔬菜 山粉圓			5.7	2.6	2	2.5		757
16	二	海苔香鬆拌飯 【有機米】	蜜汁鹹酥雞×4 雞肉、長豆-燒	熱炒甘藍 高麗菜、木耳、蒜-炒	酢醬肉燥 豆干、豬肉、紅蘿蔔、菇-炒	有機蔬菜 馬鈴薯、蔬菜、豬肉	水果		5.5	2.6	1.9	2.6	1	805
18	四	薏仁飯	脆皮嫩汁小雞腿×2 翅小腿-燒	番茄炒蛋 雞蛋、豆腐、番茄-炒	螞蟻上樹 高麗菜、冬粉、豬肉、蔬菜-炒	有機蔬菜 海帶芽、蔬菜、味噌、柴魚			5.8	2.5	1.9	2.5		754
19	五	白飯	冬瓜爛肉 豬肉、冬瓜、蔬菜-滷	腰果雞蓉 玉米、雞肉、毛豆、腰果-炒	白菜滷 大白菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜 蘿蔔、雞肉、菇、枸杞			5.5	2.6	2.1	2.5		745
22	一	胚芽飯	奶香菇菇雞 雞肉、菇、蔬菜、奶粉-燉	木耳四季 長豆、紅蘿蔔、木耳-炒	豆干炒肉絲 豆干、豬肉、西芹、彩椒-炒	有機蔬菜 玉米、結頭菜			5.6	2.5	2.1	2.4		740
23	二	油蔥雞絲飯 【有機米】	炙燒豬排×1 豬排-燒	芝香甜不辣 甜不辣、洋葱、白芝麻-炒	佃煮蘿蔔 蘿蔔、菇-煮	有機蔬菜 紅豆、黑糯米、奶粉	水果		5.7	2.6	2	2.5	1	817
25	四	白飯	鐵板豬柳 豬肉、洋葱-炒	玉米炒蛋 雞蛋、玉米-炒	海帶三絲 海帶、紅蘿蔔、芹菜、薑-炒	有機蔬菜 馬鈴薯、蔬菜、雞蛋、奶粉			5.8	2.5	1.9	2.4		749
26	五	燕麥飯	蜜汁烤雞排×1 雞腿排-烤	地瓜薯條×4 地瓜-炸	蒜香花椰 花椰菜、木耳、蒜-炒	履歷蔬菜 高麗菜、菇、蔬菜			5.7	2.4	2.2	2.5		747
29	一	白飯	泰式打拋豬 豬肉、蔬菜、九層塔-炒	酸甜海鮮排×1 海鮮排-燒	爆炒高麗 高麗菜、紅蘿蔔、蝦皮-炒	有機蔬菜 青木瓜、雞肉、枸杞			5.4	2.6	2.1	2.6		743
30	二	芝麻有機飯	蘿蔔炆雞 雞肉、蘿蔔、菇-煮	家常滷肉 豬肉、豆干、海帶-滷	芋香白菜 大白菜、芋頭、蔬菜-煮	有機蔬菜 雞蛋、海帶芽、味噌、柴魚	水果		5.5	2.6	2	2.5	1	803



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			
豆類及其製品 0次	魚肉及海鮮 1次	生鮮食材	調理食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯
豬肉 7次	雞肉 7次	15次	0次	2次	2次	4次	4次