



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！已投保明台產物1億元產品責任險。

電話：(02)29851830 地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：余珮蓁(營養字第008066)、陳冠瑜(營養字第009647號)、郭麗嘉(營養字第011610)、許正玲(營養字第011822)。

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀類	豆魚蛋肉	蔬菜	油類	水果	熱量	
3	一	白飯	三杯雞 雞肉、有機杏鮑菇、九層塔-炒	鍋燒獅子頭×1 獅子頭、蔬菜-煮	韭香銀芽 豆芽菜、韭菜、木耳-炒	有機蔬菜	竹筍排骨湯 竹筍、豬肉		5.3	2.5	2.1	2.6	728	
4	二	雜糧有機飯	古早味滷肉 豬肉、蔬菜、有機杏鮑菇-滷	番茄炒蛋 雞蛋、蔬菜、番茄-炒	薑絲海根 海帶根、蔬菜、薑-煮	有機蔬菜	~甜~ 綠豆西米露 綠豆、西谷米	水果	5.3	2.5	2	2.5	1	781
6	四	義式起司奶醬 義大利麵	香燒豬排×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	玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉		5.7	2.4	2	2.6	746	
7	五	白飯	香料烤雞翅×1 三節雞翅-烤	油腐燒肉 油豆腐、豬肉、菇-滷	紅絲長豆 長豆、紅蘿蔔、蔬菜-炒	履歷蔬菜	冬瓜湯 冬瓜、薑		5.5	2.4	2	2.6	732	



~ ~ ~ 端午佳節愉快 ~ ~ ~



11	二	有機白飯	鹹酥雞×4 雞肉、蔬菜-炸	熱炒甘藍 高麗菜、蔬菜-炒	古早味肉燥 豆干、豬肉、蔬菜、菇-煮	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、蔬菜、味噌、柴魚	水果	5.3	2.5	2	2.6	1	786
13	四	蒜香肉絲 炒飯	BBO烤腿排×1 雞腿排-烤	脆炒竹筍 竹筍、蔬菜-炒	鮮魷肉片 豆干、豬肉、魷魚、蔬菜-炒	有機蔬菜	~甜~ 紅豆Q圓湯 紅豆、小湯圓		5.5	2.5	2	2.5		735
14	五	糙米飯	野菜燒肉片 豬肉、蔬菜-炒	玉米炒蛋 雞蛋、玉米-炒	芝香冬粉 油菜、冬粉、蔬菜、白芝麻-炒	履歷蔬菜	魚丸湯 魚丸、蘿蔔、芹菜		5.7	2.5	1.9	2.5		747
17	一	白飯	蒲燒魚排×1 魚排-蒸	翠炒高麗 高麗菜、蔬菜、蝦皮-炒	蜜汁豬肉 豆干、豬肉-燒	有機蔬菜	韓式大醬湯 豆腐、蔬菜、味噌、柴魚		5.5	2.5	2	2.6		740
18	二	芝麻有機飯	泰式打拋豬 豬肉、蔬菜、番茄、九層塔-炒	香嫩小棒腿×1 翅小腿-烤	針菇扁蒲 扁蒲、蔬菜、金針菇-炒	有機蔬菜	芙蓉玉米湯 玉米、雞蛋、蔬菜	水果	5.3	2.5	2	2.6	1	786
20	四	味噌什錦 炒烏龍	嫩汁肉條×4 豬肉-烤	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒	花生海帶結 海帶結、蘿蔔、花生-滷	有機蔬菜	~甜~ 仙草甜湯 仙草、綜合豆		5.3	2.4	2	2.6		718
21	五	白飯	蠔油香菇雞 雞肉、蔬菜、香菇-煮	茄汁甜不辣 甜不辣、蔬菜-炒	蒜香花椰 花椰菜、木耳、蒜-炒	履歷蔬菜	白玉排骨湯 蘿蔔、豬肉		5.5	2.5	2	2.6		740
24	一	胚芽飯	蔥燒豬柳 豬肉、洋蔥、蔥-炒	蒸蛋 雞蛋-蒸	白菜滷 大白菜、蔬菜、蝦皮-煮	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄、玉米、雞蛋		5.3	2.5	2	2.6		726
25	二	海苔 香鬆飯 【有機米】	招牌洋釀 雞翅×1 三節雞翅-燒	塔香粉絲 高麗菜、冬粉、蔬菜、九層塔-炒	紹子豆腐 豆腐、豬肉、蔬菜-煮	有機蔬菜	~甜~ 清甜山粉圓 山粉圓	水果	5.7	2.5	2	2.5	1	809
27	四	白飯	蜜汁魚丁×3 生鮮魚丁-燒	蒜香甘藍 高麗菜、蔬菜、蒜-炒	甘藷條×4 地瓜-炸	有機蔬菜	西式濃湯 南瓜、蔬菜、雞蛋、奶粉		5.7	2.3	2	2.6		739
28	五	麥片飯	蒸瓜仔肉 豬肉、蔬菜、菇、花瓜-蒸	總匯干丁 玉米、豆干、蔬菜-炒	鮮蔬黃瓜 大黃瓜、蔬菜-煮	履歷蔬菜	鮮筍雞湯 竹筍、雞肉		5.5	2.5	2	2.5		735



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	魚肉及海鮮	生鮮食材	調理食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯
0次	2次	15次	0次	1次	2次	3次	4次
豬肉	雞肉						
7次	6次						