



新北團膳



中央廚房地址：新北市三重區
國道路一段59號 營養師：陳守義(營養字第010195號) 電話：(02)29851830 傳真：

(02)29806364 已投保明台產物1億產品責任險

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	附餐	全穀類	豆魚肉	蔬菜	油脂	熱量
23	三	黃金蛋炒飯	醬燒豬排 豬排.青豆-燒	爆炒雞柳 豆薯.雞肉.鮮蔬-炒	蝦香高麗 高麗菜.蝦皮-炒	青菜 海帶湯 海帶芽.洋蔥.雞肉		5.6	2.6	2.2	2.6	759
24	四	薏仁飯	BBQ炒雞 雞肉.鮮蔬-炒	洋芋燒肉 馬鈴薯.豬肉.紅蘿蔔-煮	鮮菇黃瓜 大黃瓜.鮮菇-燒	有機蔬菜 玉米濃湯 紅蘿蔔.玉米.雞蛋.奶粉	水果	5.5	2.5	2.1	2.7	807
25	五	白飯	匈牙利燉肉 豬肉.番茄-燉	茄汁魚條 魚條-燒	紅絲花椰 白花椰.紅蘿蔔-炒	青菜 小魚味噌湯 板豆腐.小魚乾.味噌.柴魚片		5.3	2.7	2.1	2.6	743
28	一	小米飯	壽喜燒嫩雞 雞肉.鮮蔬-煮	結頭菜炒肉 結頭菜.豬肉-炒	芋香白菜 大白菜.芋頭-煮	青菜 番茄豆腐湯 番茄.板豆腐		5.3	2.6	2.1	2.5	731
29	二	味噌拌拉麵	起司豬排 豬排-炸	芹香脆炒雞 西芹.雞肉-炒	日式筑前煮 蘿蔔.竹輪.柴魚片-煮	青菜 味噌蛋花湯 海帶芽.雞蛋.味噌.柴魚片	水果	5.5	2.7	2.1	2.6	817
30	三	五穀飯	親子丼 雞肉.洋蔥.雞蛋-煮	滷味拼盤 冬瓜.四方干.白芝麻-滷	鐵板豆芽 豆芽菜.鮮蔬-炒	青菜 高山金針湯 金針花.豬肉		5.6	2.6	2.2	2.6	759
31	四	白飯	柴香蒲燒豬 豬肉.柴魚片.白芝麻-煮	玉米蒸蛋 雞蛋.玉米-蒸	蒜蓉粉絲☒ 高麗菜.粉絲.蒜-煮	有機蔬菜 結頭菇湯 結頭菜.鮮菇	水果	5.5	2.5	2.1	2.7	807
4	一	紫米飯	鳳梨咕咾肉 豬肉.鳳梨.洋蔥-燒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔.雞蛋-炒	芝麻海根 海帶根.白芝麻-炒	青菜 白玉雞湯 蘿蔔.雞肉		5.4	2.8	2	2.5	751
5	二	白飯	和風咖哩雞 雞肉.馬鈴薯.紅蘿蔔-煮	紫米珍珠丸 X2 珍珠丸.玉米粒-蒸(2個)	豆皮白菜 大白菜.鮮蔬.豆包絲-煮	青菜 結頭排骨湯 結頭菜.豬肉	水果	5.4	2.6	2.1	2.6	803
6	三	麥片飯	香燒豬排 豬排.洋蔥-燒	彩蔬玉米雞 玉米.雞肉.馬鈴薯.鮮蔬-炒	鐵板豆芽 豆芽菜.紅蘿蔔.韭菜-炒	青菜 油腐味噌湯 小油丁.鮮蔬.味噌.柴魚片		5.2	2.6	2	2.5	722

每週二、四供應水果、每週四供應有機蔬菜！本公司皆使用非基改玉米、黃豆製品，請安心食用！

◎：過敏原標示，包含以下成分：1. 甲殼類及其製品 2. 芒果及其製品 3. 花生及其製品 4. 牛奶及其製品 5. 蛋及其製品 6. 堅果及其製品 7. 芝麻及其製品 8. 含麩質之穀類及其製品 9. 大豆及其製品 10. 魚類及其製品 11. 使用亞硝酸鹽等製品

109年12/23~1/6 供應：一忠、一孝、一仁、一愛、一信、一義、一和、二忠、二孝、二仁、二愛、二信、二義、二和、二平