



新北團膳

109年4/10 ~ 4/23 菜單

及人國小 一、二年級

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	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量					
10	五	白飯	高昇滷肉 豬肉, 蘿蔔-滷	西芹炒雞柳 西洋芹, 雞肉, 鮮蔬-炒	小瓜玉筍 小黃瓜, 玉米筍-炒	青菜						5.2	2.5	2.7	2.5	732
13	一	紫米飯	菲力雞排 雞排-燒	客家小炒 豆乾, 豬肉, 魷魚翅-炒	薑絲冬瓜 冬瓜, 薑絲-煮	青菜						5.1	2.5	2.6	2.5	790
14	二	茄汁肉醬義大利麵	炙燒里肌肉條 豬肉-烤(4個)	南瓜炒蛋 雞蛋, 南瓜-炒	海山醬關東煮 白紅蘿蔔, 魚丸(1個), 海帶結, 玉米-煮	青菜	水果					5.3	2.6	2.4	2.3	725
15	三	麥片飯	蒲燒鯛魚排 魚肉-蒸	結頭菜炒肉片 結頭菜, 豬肉-炒	紅絲長豆 長豆, 紅蘿蔔-炒	青菜						5.1	2.5	2.7	2.5	797
16	四	白飯	蔥爆孜然豬 豬肉, 鮮蔬-燒	玉米煨肉蓉 玉米, 雞肉, 鮮蔬-炒	蒜香雙花 白綠花椰, 蒜-炒	有機蔬菜	水果					5.2	2.6	2.6	2.5	727
17	五	地瓜飯	府城蝦捲 蝦捲-烤(1個)	雞肉親子丼 雞肉, 洋蔥, 雞蛋-煮	鮮菇甘藍 高麗菜, 鮮菇-炒	青菜						5.2	2.6	2.4	2.4	790
20	一	海苔香鬆飯	黃金柳葉魚 柳葉魚-炸(2個)	瓜哇咖哩豬 豬肉, 馬鈴薯, 鮮蔬-煮	開陽鮮瓜 蒲瓜, 蝦米-炒	青菜						5.3	2.6	2.4	2.6	743
21	二	胚芽飯	鳳梨雞球 雞肉, 鳳梨-燒	梅干扣肉 筍, 豬肉, 福菜-煮	韭香銀芽 豆芽菜, 韭菜-炒	青菜	水果					5.2	2.5	2.6	2.5	789
22	三	白飯	京醬肉柳 豬肉, 洋蔥-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	紅片花椰 花椰菜, 紅蘿蔔-炒	青菜						5.1	2.6	2.5	2.4	723
23	四	小米飯	招牌腿排 雞排-燒	冬瓜滷肉 冬瓜, 豬肉, 鮮蔬-滷	川耳高麗 高麗菜, 木耳-炒	有機蔬菜	水果					5.2	2.5	2.7	2.5	792

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4/10~4/23 供應: 一忠、一孝、一仁、一愛、一信、一義、一和、一平、二忠、二孝、二仁、二愛、二信、二義、二和