



新北團膳

109年5/8 ~ 5/21 菜單

及人國小 五、六年級

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
8	五	芝麻飯	日式親子丼 <small>雞肉, 洋蔥, 雞蛋, 海苔絲-煮</small>	滷味拼盤 <small>蘿蔔, 豆干, 海帶結-滷</small>	韭香豆芽 <small>豆芽菜, 韭菜-炒</small>	青菜 山藥排骨湯 <small>山藥, 薏仁, 豬肉</small>		5.2	2.4	2.4	2.6	721
11	一	白飯	醃翻豬排 <small>豬排-燒</small>	彩繪雞柳 <small>筍, 雞肉, 鮮蔬-炒</small>	枸杞絲瓜 <small>絲瓜, 枸杞-炒</small>	青菜 麵線羹 <small>麵線, 鮮蔬, 柴魚</small>		5.3	2.5	2.4	2.5	731
12	二	波隆那肉醬義大利麵	海苔花枝丸 <small>花枝丸-烤(2個)</small>	香烤雞腿 <small>雞腿-烤</small>	玉筍甘藍 <small>高麗菜, 玉米筍-炒</small>	青菜 味噌湯 <small>豆腐, 柴魚, 味噌</small>	水果	5.5	2.4	2.1	2.3	781
13	三	白飯	炸骰子豬 <small>豬肉-炸(4個)</small>	春川炒雞 <small>白菜, 雞肉, 年糕-炒</small>	蝦香花椰 <small>花椰菜, 蝦皮-炒</small>	青菜 田園番茄湯 <small>番茄, 豬肉</small>		5.4	2.5	2.3	2.8	749
14	四	紅藜飯	醬燒雞丁 <small>雞肉, 鮮蔬-煮</small>	滑嫩蒸蛋 <small>雞蛋-蒸</small>	芝香敏豆 <small>敏豆, 鮮蔬, 白芝麻-炒</small>	有機蔬菜 鹹湯圓 <small>大白菜, 紅白湯圓, 豬肉, 鮮蔬</small>	水果	5.3	2.4	2.3	2.4	777
15	五	白飯	沙茶炒肉片 <small>豬肉, 洋蔥, 鮮蔬-炒</small>	洋芋烘蛋 <small>馬鈴薯, 雞蛋, 鮮蔬-炒</small>	塔香海茸 <small>海茸, 九層塔-炒</small>	青菜 花瓜雞湯 <small>鮮菇, 雞肉, 花瓜</small>		5.4	2.3	2.3	2.5	721
18	一	燕麥飯	酥炸柳葉魚 <small>柳葉魚-炸</small>	白醬野菇燉雞 <small>雞肉, 馬鈴薯, 鮮菇, 奶粉-燉</small>	紅片高麗 <small>高麗菜, 紅蘿蔔-炒</small>	青菜 紫菜蛋花湯 <small>紫菜, 雞蛋</small>		5.5	2.4	2.3	2.8	749
19	二	白飯	韓式蜜汁豬 <small>豬肉, 鮮蔬, 白芝麻-燒</small>	玉米炒蛋 <small>玉米, 雞蛋, 青豆-炒</small>	什錦粉絲 <small>大白菜, 冬粉, 鮮蔬-炒</small>	青菜 南瓜濃湯 <small>南瓜, 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 雞蛋, 奶粉</small>	水果	5.6	2.3	2.3	2.6	799
20	三	海苔香鬆飯	烤雞腿排 <small>雞排-烤</small>	麻婆豆腐 <small>板豆腐, 絞肉, 鮮蔬-煮</small>	開陽蒲瓜 <small>蒲瓜, 蝦皮-炒</small>	青菜 清燉蘿蔔湯 <small>蘿蔔, 豬肉</small>		5.3	2.5	2.2	2.5	726
21	四	白飯	泰式打拋肉 <small>豬肉, 番茄, 九層塔-煮</small>	田園雞肉 <small>杏鮑菇, 雞肉, 鮮蔬-炒</small>	豆包銀芽 <small>豆芽菜, 豆包, 鮮蔬-炒</small>	有機蔬菜 味噌貢丸湯 <small>豆腐, 貢丸, 味噌</small>	水果	5.4	2.3	2.4	2.6	788

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5/8~5/21供應：五忠、五孝、五仁、五愛、五信、五義、六忠、六孝、六仁、六愛、六信、六義、六和