



新北團膳



110年3/23 ~ 4/7 菜單

及人小學 三、四年級

中央廚房地址：新北市三重區國道路一段59號 營養師：潘柏甫(營養字第010569號) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物 | 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	數量
23	二	白飯	瓜仔肉 絞肉, 菇, 花瓜-煮	香烤嫩雞翅 雞翅-烤	佛跳牆 白菜, 芋頭, 鮮蔬-煮	有機蔬菜 味噌蛋花湯 雞蛋, 味噌, 柴魚片	水果	5.4	2.5	2.2	2.6	798
24	三	烤肉拌飯	酸甜菲力雞排 雞排, 鮮蔬-燒	毛豆蒸蛋 雞蛋, 蒸	燴炒薯絲 豆薯, 鮮蔬-炒	青菜 昆布大骨湯 海帶芽, 鮮蔬, 豬肉		5.5	2.5	2.1	2.8	751
25	四	白飯	沙茶炒肉片 豬肉, 洋蔥, 彩椒-炒	芝香豆干 黑豆干, 白芝麻-滷	銀羅燒菇菇 蘿蔔, 鮮菇, 柴魚片-煮	有機蔬菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜, 薑	水果	5.4	2.7	2.2	2.6	813
26	五	蕎麥飯	蠔油雞肉 雞肉, 紅蘿蔔-炒	洋芋燻肉 馬鈴薯, 豬肉-煮	鮑菇蒲瓜 蒲瓜, 杏鮑菇-炒	青菜 薏仁燻湯 薏仁, 豬肉		5.3	2.6	2.1	2.5	731
29	一	什錦炒麵	蘑菇醬豬排 豬排-燒	九層塔燒雞 豆薯, 雞肉, 九層塔-煮	紫香津白 大白菜, 紅蘿蔔, 柴魚片-炒	青菜 紫菜蛋花湯 雞蛋, 海帶芽		5.5	2.7	2.1	2.6	757
30	二	五穀飯	親子丼 雞肉, 洋蔥, 雞蛋-煮	粉紅味噌關東煮 白蘿蔔, 油豆腐, 黑輪-煮	脆炒高麗 高麗菜, 蝦皮-炒	有機蔬菜 排骨蔬菜湯 結頭菜, 豬肉	水果	5.6	2.6	2.2	2.6	819
31	三	白飯	迷迭番茄豬 豬肉, 番茄-煮	三色雞肉 玉米, 雞肉, 鮮蔬-炒	鈣燒海茸 海茸, 鮮蔬-炒	青菜 洋芋雞湯 馬鈴薯, 雞骨		5.5	2.5	2.1	2.7	747
1	四	薏仁飯	椰漿咖哩雞 雞肉, 馬鈴薯, 椰漿-煮	海苔花枝丸 花枝丸-烤(2個)	燴煮小瓜 小黃瓜, 木耳, 鮮蔬-炒	有機蔬菜 菇菇排骨湯 蘿蔔, 菇, 湯排	水果	5.2	2.6	2.1	2.7	793
6	二	白飯	拌飯肉燥 豬肉, 洋蔥, 花瓜-煮	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔, 雞蛋-炒	薑絲海帶根 海帶根, 薑-煮	有機蔬菜 蘑菇濃湯 鮮蔬, 蘑菇, 雞蛋, 奶粉	水果	5.2	2.5	2.1	2.7	786
7	三	芝麻飯	韓式泡菜雞 雞肉, 白菜-煮	脆炒薯片豬 豆薯, 豬肉, 木耳-炒	蝦香花椰 花椰菜, 蝦皮-炒	青菜 味噌湯 豆腐, 柴魚, 味噌		5.2	2.5	2	2.5	714

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

110年3/23~4/7 供應：三忠、三孝、三仁、三愛、三信、三義、三和、四忠、四孝、四仁、四愛、四信、四義、四和