



★本公司使用之新鮮食材均經嚴格、非輻射之食品及基本素食材料皆符合衛生安全之規範，歡迎安心食用。

日期/星期	主食	主菜	副菜	蔬菓	湯品	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他	
3 一	地瓜飯	芝香豆干 大溪黑干, 白芝麻-油	佃煮凍腐 蘿蔔, 素丸, 凍豆腐-煮	鮮菇大瓜 大黃瓜, 菇-炒	蔬菓 蔬菓	番茄湯 番茄, 鮮菇	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
4 二	小米飯	麻婆豆腐 豆腐, 素絞肉-煮	滷雙結 鮮菇, 豆皮結, 海帶結-油	☆雙色甘藷球 地瓜, 山藥-炸(4個)	有機 蔬菓	味噌湯 凍豆腐, 味噌	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
5 三	白飯	紅糟素豆包 豆包, 鮮菇-炒	咖哩烤麩 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 烤麩-煮	嫩汁白菜 大白菜, 鮮菇, 素角螺-炒	蔬菓 蔬菓	紫菜湯 海帶芽, 菇									
6 四	螺旋麵	茶鵝排 素茶鵝排-燒	炒花椰 花椰菜, 茭筍, 木耳-炒	茄汁素肉醬 鮮菇, 玉米, 青豆, 素絞肉-煮	蔬菓 蔬菓	▲南瓜濃湯 南瓜, 馬鈴薯, 紅蘿蔔	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
7 五	白飯	香滷油腐 油腐, 麵輪-油	麻醬干絲 鮮菇, 白子絲, 木耳, 小黃瓜-炒	★香酥拼盤 地瓜, 芋頭-炸	蔬菓 蔬菓	金針湯 金針花, 鮮菇									
10 一	~~~雙十節連假快樂~~~														
11 二	五穀飯	和風凍腐 凍豆腐, 鮮菇, 素肉片-煮	西芹素魷魚 豆干, 西芹, 素魷魚-炒	土豆三絲 豆薯, 馬鈴薯, 木耳-炒	有機 蔬菓	薑絲鮮瓜湯 冬瓜, 薑	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
12 三	白飯	四喜烤麩 烤麩, 鮮菇, 毛豆-煮	回鍋小炒 豆芽菜, 豆干, 素肉絲-炒	鮮蝦花椰 花椰菜, 素蝦仁-炒	蔬菓 蔬菓	白菜湯 大白菜, 木耳, 香茶									
13 四	麥片飯	香燒素肉排 素肉排, 香茶-燒	咖哩凍腐 馬鈴薯, 凍豆腐, 鮮菇-煮	紅片鮮瓜 冬瓜, 紅蘿蔔-炒	蔬菓 蔬菓	綜合關東煮 油豆腐, 素丸	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
14 五	白飯	紅燒獅子頭 白菜, 素獅子頭-煮	毛豆雪裡紅 雪裡紅, 豆干, 毛豆-炒	★可樂餅 可樂餅-炸	蔬菓 蔬菓	竹筍湯 竹筍, 鹹鳳梨									
17 一	胚芽飯	咖哩素魚腐 馬鈴薯, 鮮菇, 素魚豆腐-煮	什錦豆皮 豆包, 芋頭, 鮮菇-炒	☆地瓜條 地瓜-炸(4個)	蔬菓 蔬菓	昆布湯 海帶芽, 蘿蔔	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
18 二	白飯	下飯醉醬 豆干, 素絞肉, 瓜仔-油	麻油素腰花 鮮菇, 素腰花, 素角螺, 枸杞-燒	雲耳小瓜 小黃瓜, 木耳-炒	有機 蔬菓	味噌油腐湯 油豆腐, 味噌	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
19 三	蕎麥飯	嫩汁棒棒腿 素棒棒腿-燒(2個)	三杯豆雞 馬鈴薯, 豆雞, 九層塔-炒	熱炒高麗 高麗菜, 彩椒-炒	蔬菓 蔬菓	▲香菇素肉羹 大白菜, 素肉羹, 筍絲, 香菇									
20 四	白飯	鄉村豆腐 板豆腐, 素絞肉-煮	雙色干絲 鮮菇, 海帶絲, 白子絲-炒	脆炒豆段 豆段, 白芝麻-炒	蔬菓 蔬菓	青木瓜煲湯 青木瓜, 鮮菇	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
21 五	雜糧飯	茄汁素雞 素雞丁, 番茄, 毛豆-煮	田園干丁 玉米, 豆乾, 豆薯-炒	爽口大瓜 大黃瓜, 鮮菇-炒	蔬菓 蔬菓	素當歸煲湯 馬鈴薯, 薑仁, 枸杞									
24 一	糙米飯	豉汁凍腐 凍豆腐, 素肉絲, 豆豉-煮	茄汁豆皮結 鮮菇, 海帶絲, 豆皮結-煮	腐乳白菜 大白菜, 木耳-炒	蔬菓 蔬菓	麻油鮮蔬湯 高麗菜, 菇, 豆皮	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
25 二	芝麻飯	紅燒豆腐 油腐, 鮮菇-煮	糖醋豆腸 豆腸, 紅蘿蔔-炒	針菇鮮瓜 冬瓜, 金針菇-炒	有機 蔬菓	▲玉米濃湯 玉米, 馬鈴薯	豆	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
26 三	白飯	芝香方干 小方豆乾, 白芝麻-油	花瓜素肉 豆薯, 素絞肉, 花瓜-煮	★椒鹽杏鮑菇 杏鮑菇, 地瓜-炸	蔬菓 蔬菓	鳳梨苦瓜湯 苦瓜, 素肉絲, 鹹鳳梨									
27 四	燕麥飯	番茄素魚腐 魚豆腐, 番茄-煮	彩蔬花椰 花椰菜, 木耳-炒	豆皮甘藍 高麗菜, 豆皮-炒	蔬菓 蔬菓	海芽味噌湯 海帶芽, 味噌	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他
28 五	金瓜炒米粉	素鱈魚排 素鱈魚排-烤	白菜油 白菜, 素角螺, 鮮菇-油	飄香麵輪 鮮菇, 麵輪, 茭筍捲-油	蔬菓 蔬菓	清燉白玉湯 蘿蔔, 鮮菇									
31 一	薏仁飯	蜜汁四分干 鮮菇, 四分干, 白芝麻-油	爽脆黃瓜 大黃瓜, 菇-煮	毛豆燒雞 豆雞, 豆薯, 毛豆-煮	蔬菓 蔬菓	福菜素絲湯 榨菜, 素肉絲	水	電	油	糖	鹽	香	料	其	他



新北食品 111年10月菜單

New Taipei ★本公司採用之生鮮食材均為國產、非輻射污染食品及非基因改造食材並符合三零一Q規範，敬請安心食用。



忠義國小



日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	CP	PK	JK	JK	JK	JK	JK
3	-	地瓜飯	紅糟雞丁 雞肉、紅蘿蔔-炒	醉醬肉燥 豆干、豬肉、蔥-煮	黑椒豆芽 豆芽菜、韭菜、木耳-炒	海帶芽味噌湯 海帶芽、鮮菇、柴魚片、味噌	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	804
4	-	小米飯	泰味打拋豬 豬肉、番茄、九層塔-炒	花枝丸X2 花枝丸、海苔粉-烤	炒白菜 大白菜、鮮菇、豆皮-炒	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	802
5	-	白飯	香酥雞X4 雞肉、豆段-炸	咖哩凍豆腐 凍豆腐、紅蘿蔔、馬鈴薯-煮	雙色花椰 花椰菜、高麗-炒	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	781
6	-	芝麻飯	白醬奶香豬 豬肉、鮮菇、南瓜、切粉-煮	烤翅小腿X1 翅小腿-烤	蝦皮高麗菜 高麗菜、木耳、蝦皮-炒	巧達濃湯 馬鈴薯、鮮菇、雞蛋、切粉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	841
7	-	金黃肉絲炒飯	韓式醬炒魚丁 生鮮鮭魚、鮮菇、年糕-炒	柴魚油豆腐煮 油豆腐、紅蘿蔔、高麗、柴魚片-煮	香菇炒長豆 豆段、豆薯-炒	金針大骨湯 金針、豬肉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	772
10	-	~~~雙十節連假快樂~~~											
11	-	五穀飯	照燒肉柳 豬肉、蔥-煮	玉米炒蛋 玉米、雞蛋、鮮菇-炒	茄汁鮮蔬 鮮菇、彩椒、木耳、韭菜-炒	和風豆腐湯 豆腐、柴魚片、味噌	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	804
12	-	白飯	咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	蜜汁魚塊X2 虱目魚塊-塊	紅燒鮮瓜 冬瓜、鮑魚、蔥-煮	肉骨茶湯 蔥、鮮菇、豬肉、肉骨茶包	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	781
13	-	海苔香鬆飯 【附香鬆包】	蒸蛋 雞蛋-蒸	西洋芹炒豆干 豆干、西洋芹-炒	木耳高麗 高麗菜、木耳-炒	白菜湯 大白菜、筍絲、紅蘿蔔、香菇	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	808
14	-	白飯	壽喜燒嫩雞 雞肉、金針菇-煮	肉蓉脆薯丁 豬肉、豆薯、鮮菇、玉米、青豆-炒	炒花椰 花椰菜-炒	榨菜肉絲湯 榨菜、豬肉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	746
17	-	胚芽飯	茄汁燉肉 豬肉、洋蔥、番茄-燉	虱目魚排X1 虱目魚排-炸	紅蘿蔔炒長豆 豆段、紅蘿蔔-炒	田園蔬菜湯 南瓜、鮮菇	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	823
18	-	奶醬肉蓉義大利麵	烤雞翅X1 三節雞翅-烤	炒天婦羅 裡不裡、洋蔥、紅蘿蔔-炒	豆包絲高麗菜 高麗菜、豆包絲、木耳-炒	玉米濃湯 玉米、雞蛋、切粉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	829
19	-	蕎麥飯	砂鍋肉柳 豬肉、豆薯-炒	鮮筍炒蛋 雞蛋、蔥、毛豆-炒	香芹海絲 海帶絲、白干絲、芹菜-炒	味噌湯 凍豆腐、柴魚片、味噌	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	773
20	-	白飯	粟香雞丁 雞肉、栗子-炒	滑嫩蒸蛋 雞蛋-蒸	爽口大瓜 大青瓜、紅蘿蔔-炒	~甜~紅豆紫米 紅豆、紫米	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	822
21	-	雜糧飯	日式咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、鮮菇-煮	蔬菜煮凍豆腐 凍豆腐、紅蘿蔔、洋蔥-煮	蛋酥白菜 大白菜、雞蛋-炒	蘿蔔雞湯 蘿蔔、雞肉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	786
24	-	糙米飯	糖醋魚丁 生鮮鮭魚、鳳梨-燉	魚香嫩腐 豆腐、豬肉、鮮菇-煮	紅蘿蔔炒冬瓜 冬瓜、紅蘿蔔-炒	紫菜蛋花湯 海帶芽、雞蛋	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	830
25	-	什錦菇菇炒飯	瓜仔豆干 豆干、鮮菇、花瓜-煮	洋芋炒蛋 雞蛋、馬鈴薯、紅蘿蔔、毛豆-炒	金針菇炒長豆 豆段、蔥-炒	玉米清湯 玉米、馬鈴薯、紅蘿蔔	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	803
26	-	白飯	滑蛋燴雞 雞肉、雞蛋、洋蔥-燴	滷味拼盤 四分子、蘿蔔、豆皮結-油	熱炒高麗 高麗菜、木耳-炒	芋香白菜湯 大白菜、豬肉、豆包絲、芋頭	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	786
27	-	燕麥飯	骰子豬X4 豬肉、豆段-炸	奶汁雞肉丸 玉米、馬鈴薯、雞肉丸、切粉-煮	南瓜白菜 大白菜、鮮菇、南瓜-炒	番茄蘿蔔湯 蘿蔔、番茄	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	824
28	-	白飯	炙燒雞翅X1 三節雞翅-烤	總匯干丁 豆干、豆薯、毛豆、高麗-炒	炒海根 海帶根、紅蘿蔔-炒	竹筍排骨湯 筍、豬肉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	782
31	-	薏仁飯	哨子肉 豬肉、豆薯、鮮菇、香蔥-煮	雞肉堡排X1 雞肉堡排-烤	木耳大黃瓜 大黃瓜、木耳-炒	海帶芽雞湯 海帶芽、雞肉	水	0.1	0.1	0.1	0.1	1	825