



# 新北食品 112年4月菜單



# 忠義國小

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改造食品並符合三章一Q規範，敬請安心食用。電話：(02) 29851830 傳真：(02) 29806364 已投保國產台產1億產品責任險。  
地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、陳潔婷(營養字第010986)、林芳婷(營養字第009677)、徐承恩(營養字第011462)

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬菜	油脂	熱量
☆ ☆ ☆ 兒童節連假快樂 ☆ ☆ ☆												
6	四	芝麻飯	椰汁咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、鮮蔬、椰漿、煮	花枝丸×2 花枝丸、烤	韭香銀芽 豆芽菜、鮮蔬、韭菜、炒	履歷蔬菜 番茄蛋花湯 番茄、雞蛋	水果	6.0	2.4	2.4	2.4	828
7	五	香菇肉絲油飯 【含白米50%】	鳳梨咕咾肉 豬肉、鮮蔬、鳳梨、燒	豆干炒肉絲 豆干、豬肉、鮮蔬、炒	芋頭甘藍 高麗菜、芋頭、炒	履歷蔬菜 昆布雞湯 海帶芽、鮮菇、雞肉		5.8	2.6	2.3	2.5	771
10	一	麥片飯	九層塔石斑魚 石斑魚、杏鮑菇、九層塔、煮	玉米炒蛋 雞蛋、玉米、鮮蔬、炒	芝香海根 海帶根、白芝麻、煮	履歷蔬菜 酸辣清湯 豆腐、鮮蔬、筍	水果	5.7	2.6	2.4	2.4	822
								豆漿				
11	二	白醬義大利麵	義式番茄豬 豬肉、馬鈴薯、番茄、煮	香雞堡排×1 香雞堡排、炸	蒜炒高麗 高麗菜、鮮蔬、蒜、炒	有機蔬菜 南瓜濃湯 南瓜、鮮蔬、雞蛋、奶粉	水果	6.2	2.5	2.3	2.3	843
12	三	小米飯	烤雞腿排×1 雞腿排、烤	杏仁片黑豆干 黑豆干、彩椒、杏仁片、滷	木耳扁蒲 扁蒲、木耳、炒	履歷蔬菜 裙帶味噌湯 海帶芽、鮮蔬、味噌、柴魚		6.0	2.5	2.4	2.6	785
13	四	白飯	南瓜蒸蛋 雞蛋、南瓜、蒸	蔥燒豆腐 豆腐、豬肉、鮮蔬、煮	紅絲長豆 豆段、紅蘿蔔、炒	履歷蔬菜 枸杞菌菇湯 鮮菇、枸杞	水果	5.7	2.6	2.3	2.5	824
蔬食日												
14	五	蕎麥飯	烤翅小腿×2 翅小腿、烤	卡菲醬鴿蛋×1 馬鈴薯、鮮蔬、鴿蛋、煮	清炒筍片 筍、鮮菇、炒	履歷蔬菜 白玉排骨湯 白蘿蔔、豬肉		5.9	2.6	2.5	2.4	779
17	一	上海菜飯	孜然燒肉 豬肉、鮮菇、洋蔥、炒	彩繪干丁 豆干、玉米、芋頭、毛豆、炒	薑絲鮮瓜 冬瓜、鮮蔬、薑、煮	履歷蔬菜 ~甜~ 紅豆牛奶湯 紅豆、奶粉	水果	6.0	2.6	2.5	2.3	841
18	二	雜糧飯	蒲燒鯛魚×1 鯛魚、白芝麻、蒸	糖醋甜不辣 甜不辣、洋蔥、鮮蔬、煮	炒結頭菜 結頭菜、鮮蔬、炒	有機蔬菜 薏仁排骨湯 薏仁、馬鈴薯、豬肉	水果	6.1	2.5	2.5	2.4	845
19	三	白飯	打拋豬 豬肉、番茄、鮮蔬、九層塔、煮	鮮蔬炒蛋 雞蛋、鮮蔬、炒	芹菜海絲 海帶絲、鮮蔬、芹菜、炒	履歷蔬菜 金針雞湯 金針花、蘿蔔、雞肉		5.7	2.6	2.4	2.6	771
20	四	薏仁飯	白醬燉雞 雞肉、馬鈴薯、鮮蔬、奶粉、煮	香酥魚排×1 虱目魚、炸	雙色花椰 花椰菜、鮮菇、炒	履歷蔬菜 玉米濃湯 玉米、鮮蔬、雞蛋、奶粉	水果	6.3	2.3	2.3	2.5	844
21	五	白飯	嫩汁肉條×4 豬肉、烤	醬燒凍豆腐 凍豆腐、鮮蔬、鮮菇、煮	蝦香高麗 高麗菜、鮮蔬、蝦皮、炒	履歷蔬菜 海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋		5.8	2.5	2.2	2.5	761
24	一	胚芽飯	醬烤雞翅×1 三節雞翅、烤	油腐燒肉末 油豆腐、鮮蔬、豬肉、煮	豆薯四季 豆段、豆薯、炒	履歷蔬菜 結頭排骨湯 結頭菜、豬肉	水果	5.9	2.5	2.2	2.3	819
								TAP產履豆漿				
25	二	日式香鬆拌飯 【附香鬆包×1】	咖哩素雞片 素雞、馬鈴薯、鮮蔬、煮	滷蛋×1 雞蛋、滷	白菜滷 大白菜、香菇、油片絲、煮	有機蔬菜 味噌豆腐湯 豆腐、海帶芽、味噌、柴魚	牛奶	6.1	2.6	2.3	2.4	788
蔬食日												
26	三	紫米飯	宮保雞丁 雞肉、鮮蔬、花生、炒	關東煮 黑輪、蘿蔔、煮	鐵板豆芽 豆芽菜、鮮蔬、炒	履歷蔬菜 玉米蛋花湯 玉米、雞蛋、洋蔥		5.8	2.6	2.4	2.5	774
27	四	白飯	香煎豬排×1 豬排、燒	番茄豆腐蛋 雞蛋、豆腐、番茄、炒	鮮菇高麗 高麗菜、鮮菇、鮮蔬、炒	履歷蔬菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑	水果	6.2	2.5	2.3	2.4	847
28	五	燕麥飯	蔥燒魚丁 非水鯊魚、鮮蔬、蔥、煮	蜜汁豆干 豆干、白芝麻、滷	炒花椰菜 花椰菜、鮮蔬、炒	履歷蔬菜 南瓜排骨湯 南瓜、馬鈴薯、豬肉		6.1	2.5	2.4	2.5	787

→本菜單內容含有過敏原：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硝酸鹽等製品及其相關製品，有過敏體質者，敬請小心食用！！