



新北食品 112年5月菜單

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良食品並符合三零一四規範，敬請安心食用。電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物1億產品責任險。
地址：新北市三重區國道一段59號 營業部：陳冠瑜(營業字第009647號)、陳潔婷(營業字第010986)、林芳婷(營業字第009677)、吳亭瑋(營業字第010830)



忠義國小

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 蔬菜 | 湯品 | 附餐 | 全糖糖類 | 豆魚蛋肉 | 蔬菜 | 油脂 | 水果 | 熱量 | |
|----|-----|-------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------|------|------------------------------|------|------|-----|-----|-----|---------|-----|
| 1 | - | 小米飯 | 三杯雞 雞肉, 蒜, 九層塔-炒 | 酸甜醬燒魚 非水蘆魚, 凍豆腐, 鮮蔬-煮 | 熱炒高麗 高麗菜, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 馬鈴薯排骨湯 馬鈴薯, 鮮蔬, 豬肉 | 水果 | 6.2 | 2.5 | 2.2 | 2.0 | 1.0 | 895 |
| 2 | 二 | 白飯 | 薑燒豬肉 豬肉, 鮮蔬, 薑, 白芝麻-煮 | 烤翅小腿 X1 翅小腿-烤 | 鐵板豆苳 豆苳菜, 鮮蔬, 豆包-炒 | 有機蔬菜 | 冬瓜湯 冬瓜, 薑 | 水果 | 6.3 | 2.6 | 2.0 | 2.5 | 1.0 | 896 |
| 3 | 三 | 糙米飯 | 鹹水雞 雞肉, 鮮蔬-拌 | 酢醬肉燥 豆干, 豬肉, 蒜, 鮮蔬-煮 | 南瓜煮白菜 大白菜, 南瓜, 鮮蔬-煮 | 履歷蔬菜 | 番茄蛋花湯 番茄, 雞蛋 | | 6.2 | 2.5 | 2.1 | 2.3 | | 778 |
| 4 | 四 | 焗烤白醬蘑菇義大利麵 | 排骨酥 X4 豬肉, 長豆-炸 | 洋芋炒蛋 雞蛋, 馬鈴薯, 鮮蔬-炒 | 清炒花椰 白, 綠花椰菜, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 玉米濃湯 玉米, 鮮蔬, 雞蛋, 奶粉 | 水果 | 6.4 | 2.6 | 2.0 | 2.6 | 1.0 | 870 |
| 5 | 五 | 薏仁飯 | 醬烤雞翅 X1 三節雞翅-烤 | 炒甜不辣 甜不辣, 鮮蔬-炒 | 鮮蔬扁蒲 扁蒲, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 味噌蘿蔔湯 豆腐, 蘿蔔, 味噌, 柴魚 | | 6.3 | 2.4 | 2.0 | 2.5 | | 784 |
| 8 | - | 白飯 | 泰式打拋豬 豬肉, 鮮蔬, 九層塔-炒 | 南瓜豆腐煲 豆腐, 南瓜, 鮮蔬-煮 | 蝦香長豆 長豆, 鮮蔬, 蝦皮-炒 | 履歷蔬菜 | 海苔蛋花湯 海帶芽, 雞蛋 | 水果 | 6.3 | 2.4 | 2.2 | 2.3 | 1.0 | 840 |
| 9 | 二 | 大麥飯 | 蒲燒魚 X1 生鮮非水蘆魚, 白芝麻-蒸 | 紅蘿蔔炒蛋 雞蛋, 紅蘿蔔-炒 | 海結燒麵輪 海帶結, 麵輪, 花生-湯 | 有機蔬菜 | 蘿蔔排骨湯 蘿蔔, 豬肉 | 水果 | 6.1 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | 1.0 | 880 |
| 10 | 三 | 白飯 | 壽喜醬燒豬 豬肉, 蒜, 鮮蔬-煮 | 蜜汁魚塊 X2 非水蘆魚-燒 | 蒜炒高麗 高麗菜, 鮮蔬, 蒜-炒 | 履歷蔬菜 | 鮮蔬豆腐湯 豆腐, 鮮蔬 | | 6.2 | 2.3 | 2.0 | 2.6 | | 774 |
| 11 | 四 | 海苔香鬆飯 | 蒸蛋 雞蛋-蒸 | 鮮蔬豆干片 豆干, 鮮蔬-炒 | 薑絲鮮瓜 鮮瓜, 蒜, 薑-炒 | 履歷蔬菜 | 玉米蛋花湯 玉米, 雞蛋 | 水果 | 6.3 | 2.6 | 2.0 | 2.3 | 1.0 | 850 |
| | 蔬食日 | 【一班一包】 | | | | | | | | | | | | |
| 12 | 五 | 蒜香肉蓉蛋炒飯 | 無錫排骨 豬肉, 蘿蔔-炒 | 塔香黑豆干 黑豆干, 蒜, 九層塔-湯 | 雙色花椰 白, 綠花椰菜, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 薑蔥雞湯 馬鈴薯, 雞肉, 紅棗, 枸杞, 薑蔥 | | 6.0 | 2.5 | 2.1 | 2.3 | | 764 |
| 15 | - | 胚芽飯 | 椒鹽香酥雞 X4 雞肉, 長豆-炸 | 鴿蛋 X1 咖哩 馬鈴薯, 豬肉, 鮮蔬, 鴿蛋-煮 | 豆酥高麗 高麗菜, 豆酥-炒 | 履歷蔬菜 | ~甜~清甜山粉圓 山粉圓 | 水果 | 6.2 | 2.6 | 2.2 | 2.3 | 1.0 | 848 |
| 16 | 二 | 鮮蔬肉絲炒烏龍 | 里肌豬排 X1 豬排-燒 | 茄汁雞肉丸 X1 玉米, 雞肉丸, 鮮蔬-煮 | 香菇扁蒲 扁蒲, 香菇-炒 | 有機蔬菜 | 味噌海苔湯 海帶芽, 鮮蔬, 味噌, 柴魚 | 水果 | 6.3 | 2.4 | 2.0 | 2.4 | 1.0 | 894 |
| 17 | 三 | 藜麥飯 | 韓式年糕雞 雞肉, 鮮蔬, 年糕條-煮 | 芝香豆干 豆干, 白芝麻-湯 | 枸杞鮮瓜 鮮瓜, 蒜, 枸杞-煮 | 履歷蔬菜 | 紅燒蘿蔔湯 蘿蔔, 香菜 | | 6.0 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | | 773 |
| 18 | 四 | 白飯 | 馬鈴薯燒魚 非水蘆魚, 馬鈴薯, 鮮蔬-炒 | 洋葱炒蛋 雞蛋, 洋葱, 鮮蔬-炒 | 蔬炒黃瓜 大黃瓜, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 結頭雞湯 結頭菜, 蒜, 雞肉 | 水果 | 6.1 | 2.6 | 2.2 | 2.4 | 1.0 | 845 |
| 19 | 五 | 燕麥飯 | 沙茶雞丁 雞肉, 鮮蔬-炒 | 鮮蔬魚羹 虱目魚羹, 鮮蔬, 蒜-煮 | 清炒筍絲 筍子, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 羅宋湯 馬鈴薯, 鮮蔬, 豬肉 | | 6.2 | 2.4 | 2.0 | 2.6 | | 781 |
| 22 | - | 香菇肉絲油飯 【白米50%】 | 黑胡椒豬排 X1 豬排-燒 | 玉米炒蛋 雞蛋, 玉米-炒 | 塔香海椒 海帶結, 鮮蔬, 九層塔-煮 | 履歷蔬菜 | 鮮瓜雞湯 鮮瓜, 雞肉 | 水果 | 6.0 | 2.5 | 2.2 | 2.3 | 1.0 | 826 |
| 23 | 二 | 糙米飯 | 番茄燒豆腐 豆腐, 鮮蔬, 番茄-煮 | 滷蛋 X1 雞蛋-滷 | 芋頭白菜 大白菜, 芋頭, 鮮蔬, 蝦皮-煮 | 有機蔬菜 | ~甜~紅豆湯 紅豆, 麥片 | 牛奶 | 6.1 | 2.4 | 2.3 | 2.5 | | 777 |
| 24 | 三 | 白飯 | 白醬奶香豬 豬肉, 馬鈴薯, 鮮蔬, 奶粉-煮 | 總匯肉末 鮮蔬, 豬肉, 毛豆-炒 | 炒花椰菜 白, 綠花椰菜, 蒜-炒 | 履歷蔬菜 | 海帶芽湯 海帶芽, 薑 | | 6.2 | 2.5 | 2.1 | 2.3 | | 778 |
| 25 | 四 | 麥片飯 | 烤翅小腿 X2 翅小腿-烤 | 柴魚油豆腐 油豆腐, 蘿蔔, 蒜, 柴魚-煮 | 紅蔥長豆 長豆, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 鮮筍排骨湯 筍子, 蒜, 豬肉 | 水果 | 6.0 | 2.5 | 2.3 | 2.4 | 1.0 | 893 |
| 26 | 五 | 白飯 | 照燒醬魚塊 非水蘆魚, 鮮蔬-煮 | 麥克雞塊 X2 麥克雞塊-炸 | 韭香銀芽 豆苳菜, 鮮蔬, 韭菜-炒 | 履歷蔬菜 | 玉米豆腐湯 玉米, 豆腐 | | 6.0 | 2.5 | 2.0 | 2.6 | | 775 |
| 29 | - | 什錦炒麵 | 烤雞腿排 X1 雞腿排-烤 | 醬燒天婦羅 X1 甜不辣-燒 | 鮮蔬冬瓜 冬瓜, 鮮蔬-炒 | 履歷蔬菜 | 味噌蛋花湯 豆腐, 雞蛋, 小魚干, 味噌, 柴魚 | 水果 | 6.1 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | 1.0 | 840 |
| | | | | | | | | | | | | | TAD產履豆漿 | |
| 30 | 二 | 白飯 | 咖哩豬 豬肉, 馬鈴薯, 鮮蔬-煮 | 豆干炒肉絲 豆干, 豬肉, 鮮蔬-炒 | 鮮菇高麗菜 高麗菜, 蒜-炒 | 有機蔬菜 | 昆布雞湯 海帶芽, 雞肉 | 水果 | 6.2 | 2.4 | 2.2 | 2.3 | 1.0 | 893 |
| 31 | 三 | 雜糧飯 | 杏片燒雞 雞肉, 鮮蔬, 杏片-炒 | 番茄豆腐蛋 雞蛋, 豆腐, 番茄-煮 | 白菜滷 大白菜, 鮮蔬-煮 | 履歷蔬菜 | 芹菜蘿蔔湯 蘿蔔, 芹菜 | | 6.3 | 2.6 | 2.0 | 2.4 | | 794 |

→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！！