



◎地址：新北市新莊區幸福東路 86 號 ◎服務專線：(02)2996-9305 ◎E-mail：kh9305@gmail.com 【本校亦使用輻射污染食品】  
 \*菜單含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等，不適合其過敏體質者食用 \*本全面使用非基改玉米及豆製品\* ◎營養師：劉芸瑋(營養字第 009165 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全蛋	豆魚	蔬菜	水果	油	熱
2	四	白飯 白米	羅勒雞排 X1 雞排 X1-烤	炸 豬肉酥 X3 豬肉 X3-炸	蒜香條豆 條豆、木耳、蒜-炒	履歷蔬菜 紫菜蛋花湯 玉米、雞蛋、紫菜	5.7	2.3	2.3	2.4	737	
3	五	巴西 黑豆飯 白米、黑豆	味噌燒豬 豬肉、蘿蔔、青豆-燒	花枝丸 X2 花枝丸 X2-燒	蠔燒海根 海帶根、蔬菜-炒	履歷蔬菜 冬瓜雞湯 冬瓜、雞肉、枸杞	5.8	2.4	2.1	2.3	742	
6	一	麥片飯 白米、麥片	緬甸果醋雞 雞肉、鳳梨、豆薯、彩椒-燒	叉燒肉 X3 豬肉條 X3-烤	針菇鮮瓜 鮮瓜、金針菇、蔬菜-煮	履歷蔬菜 玉米濃湯 玉米、蘿蔔、洋芋	5.6	2.5	2.3	2.4	745	
7	二	卡邦尼 義大利麵 麵、洋芋、絞肉、蔬菜	炸豬排 X1 豬排 X1-炸	三杯花枝揚 花枝揚、蔬菜、九層塔-炒	海帶彩絲 海帶絲、芹菜、蘿蔔-炒	有機蔬菜 味噌豆腐湯 豆腐、海芽、柴魚片	5.7	2.4	2.2	2.3	738	
9	四	胚芽飯 白米、胚芽米	梅菜豆雞片 豆雞片、梅乾菜、筍、煮	海苔香鬆炒蛋 雞蛋、洋蔥、蘿蔔、香鬆-炒	沙茶蕪菁 結頭菜、蔬菜-炒	履歷蔬菜 金針湯 蘿蔔、金針花	5.8	2.4	2.0	2.4	744	
10	五	白飯 白米	巴西里鮮茄魚 魚肉、洋蔥、番茄-煮	鮮菇什錦豬 豬肉、鮮菇、玉米-炒	雲耳炒筍 竹筍、木耳、蔬菜-炒	履歷蔬菜 鮮瓜肉絲湯 鮮瓜、肉絲、蔬菜	5.7	2.3	2.1	2.3	728	
13	一	印尼風味 薑黃拌麵 麵條、絞肉、蔬菜、薑黃粉、小茴香	醬燒肉排 X1 豬排 X1-燒	炸 麥克雞塊 X2 雞塊 X2-炸	蘿蔔佃煮 蘿蔔、海帶結、玉米筍-煮	履歷蔬菜 海芽蛋花湯 雞蛋、蔬菜、海芽	5.7	2.5	2.1	2.4	747	
14	二	紫米飯 白米、紫米	蒜味腰果雞 雞肉、蘿蔔、小黃瓜、腰果-煮	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	脆炒高麗 高麗菜、蔬菜-炒	有機蔬菜 甜 綠豆湯 綠豆、麥片	5.7	2.3	2.3	2.4	737	
16	四	白飯 白米	烤雞翅 X1 雞翅 X1-烤	拌飯干丁炸醬 豆干、香菇、絞肉、冬瓜-煮	豆酥條豆 條豆、蔬菜、豆酥-炒	履歷蔬菜 薏仁排骨湯 蘿蔔、湯排、薏仁	5.6	2.4	2.2	2.4	735	
17	五	地瓜飯 白米、地瓜	蒲燒魚 X1 魚排 X1-蒸	濃湯煨豆腐 豆腐、玉米、雞茸-煮	紅絲芽菜 豆芽菜、蘿蔔-炒	履歷蔬菜 鳳梨雞湯 結頭菜、雞肉、鳳梨	5.6	2.5	2.3	2.2	736	
20	一	拿坡里 肉醬螺旋麵 麵、絞肉、玉米、蔬菜	炸 小雞腿 X2 翅小腿 X2-炸	粉紅醬燒豬 蘿蔔、豬肉、毛豆-煮	雲耳高麗 高麗菜、木耳、蔬菜-炒	履歷蔬菜 日式味噌湯 豆腐、洋蔥、青蔥	5.7	2.4	2.0	2.4	737	
21	二	燕麥飯 白米、燕麥	黑干滷味 黑豆干、香菇、蔬菜-煮	奶香燴蛋 雞蛋、蘿蔔、南瓜-煮	白菜滷 大白菜、蔬菜-煮	有機蔬菜 洋芋湯 洋芋、蔬菜、玉米	5.8	2.5	2.1	2.2	745	
23	四	雜糧飯 白米、雜糧米	照燒醬豬排 X1 豬排 X1-燒	家常骰子腐 油豆腐、絞肉、玉米-煮	菇炒結菜 結頭菜、鮮菇、蔬菜-炒	履歷蔬菜 蒜頭雞湯 雞肉、鮮菇、蒜頭、枸杞	5.8	2.4	2.2	2.3	745	
24	五	白飯 白米	宮保雞丁 雞肉、鮮菇、彩椒、花生-燒	日式魚塊 X2 虱目魚塊 X2-燒	花椰什錦 花椰菜、蔬菜-炒	履歷蔬菜 鮮瓜排骨湯 鮮瓜、金針菇、湯排	5.6	2.5	2.3	2.4	745	
27	一	紅藜小米飯 白米、小米、紅藜	滷肉排 X1 豬排 X1-滷	卡非醬雞肉丸 X1 雞肉丸、洋芋、蘿蔔-煮	海根干絲 海帶根、干絲、芹菜-炒	履歷蔬菜 高麗肉絲湯 高麗菜、金針花、肉絲	5.6	2.4	2.1	2.3	728	
28	二	玉米飯 白米、玉米	柚香燒魚 魚肉、蘿蔔、小黃瓜-燒	燒烤 甜不辣 X1 甜不辣(虱目魚漿) X1-燒	木耳條豆 條豆、木耳-炒	有機蔬菜 紅燒排骨湯 番茄、湯排、蘿蔔	5.7	2.3	2.2	2.4	735	
30	四	薏仁飯 白米、薏仁	杏菇滑雞煲 雞肉、杏鮑菇、蔬菜-煮	芋香白菜豬 白菜、豬肉、芋頭、筍、栗子-煮	鮮瓜金菇 鮮瓜、金針菇、蔬菜-煮	履歷蔬菜 關東煮湯 蘿蔔、海帶結、油豆腐	5.6	2.5	2.3	2.2	736	