



本店豬原料
原產地 臺灣

◎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：劉芸瑄(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	油脂	熱量
1	五	雜糧飯 白米、雜糧米	古早味滷肉 豬肉、蘿蔔-滷	番茄豆腐蛋 雞蛋、豆腐、番茄-炒	蔬燒白菜 大白菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜 筍片雞湯 竹筍、雞肉、蔬菜	5.6	2.5	2.2	2.3	738
4	一	白飯 白米	糖醋雞丁 雞肉、洋蔥、彩椒-燒	紅糟肉 X3 豬肉條 X3-烤	蒜香海根 海帶根、蔬菜、蒜-炒	履歷蔬菜 玉米濃湯 玉米、蘿蔔、雞蛋	5.7	2.4	2.1	2.4	740
5	二	小麥飯 白米、小麥	嫩汁肉排 X1 豬排 X1-滷	炸雞塊 X2 麥克雞塊 X2-炸	炒高麗菜 高麗菜、蔬菜-炒	有機蔬菜 味噌湯 海芽、豆腐、柴魚片	5.8	2.4	2.2	2.3	745
6	三	紫米飯 白米、紫米	和風燒雞 雞肉、豆薯、蔬菜-燒	客家小炒 豆干、肉絲、魷魚、芹菜-炒	脆炒豆芽 豆芽菜、蘿蔔、木耳-炒	履歷蔬菜 金針排骨湯 金針花、湯排、結頭菜	5.6	2.5	2.3	2.4	745
7	四	糙米飯 白米、糙米	打拋醬香干 大溪干、番茄、洋蔥、香料-煮	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	針菇燒瓜 鮮瓜、金針菇、蔬菜-燒	履歷蔬菜 鮮蔬白菜湯 大白菜、蔬菜	5.7	2.4	2.2	2.2	733
8	五	白飯 白米	塔香瓜仔雞 雞肉、鮮菇、脆瓜、九層塔-燒	虱目魚塊 X2 虱目魚塊 X2-烤	豆酥條豆 條豆、蔬菜、豆酥-炒	履歷蔬菜 紫菜豆腐湯 豆腐、紫菜、蔥	5.8	2.3	2.0	2.3	732
11	一	南洋風味拌飯 白米、洋蔥、絞肉、薑黃粉	燒烤醬豬排 X1 豬排 X1-燒	炸鹽酥雞 X3 雞肉 X3-炸	鮑菇結菜 結頭菜、鮑菇、蔬菜-煮	履歷蔬菜 肉骨茶湯 高麗菜、豆皮、湯排	5.7	2.5	2.1	2.4	747
12	二	白飯 白米	蒲燒魚 X1 魚排(非水燉) X1-蒸	焗烤起司玉米蛋 玉米、雞蛋、蘿蔔、起司-焗烤	芹香海帶絲 海帶絲、蔬菜-炒	有機蔬菜 冬瓜排骨湯 冬瓜、湯排、金針菇	5.8	2.4	2.1	2.3	742
13	三	薏仁飯 白米、薏仁	福菜肉片 豬肉、梅乾菜、筍茸-煮	魷魚丸 X2 魷魚丸 X2-烤	蝦香高麗 高麗菜、蔬菜、蝦皮-炒	履歷蔬菜 糯米雞湯 洋芋、糯米、雞肉、枸杞	5.7	2.3	2.1	2.2	723
14	四	白飯 白米	滷雞翅 X1 三節雞翅 X1-滷	肉茸油腐 油豆腐、木耳、絞肉-滷	紅片花椰 花椰菜、蘿蔔-炒	履歷蔬菜 酸辣湯 豆腐、竹筍、蔬菜	5.6	2.4	2.3	2.4	738
15	五	胚芽飯 白米、胚芽	蠔油豬柳 豬柳、洋蔥、青蔥-煮	白玉雞 蘿蔔、雞肉、蔬菜-燒	鯉魚燒瓜 鮮瓜、豆皮、蔬菜、柴魚片-煮	履歷蔬菜 番茄蛋花湯 番茄、雞蛋、蘿蔔	5.6	2.4	2.2	2.3	731
18	一	補假一日									
19	二	麥片飯 白米、麥片	醃醃嫩腐煲 豆腐、木耳、青蔥-燒	咖哩虎皮蛋 X1 雞蛋、洋芋-燒	豆薯條豆 條豆、豆薯-炒	有機蔬菜 冬至甜湯圓 湯圓、紅豆	5.8	2.3	2.2	2.3	737
20	三	白飯 白米	杏片雞丁 雞肉、地瓜、杏仁片-燒	拌飯炸醬 干丁、絞肉、香菇、青豆-煮	彩蔬花椰 花椰菜、彩椒-炒	履歷蔬菜 羅宋湯 番茄、高麗菜、湯排、芹菜	5.8	2.4	2.1	2.4	747
21	四	傳統上海菜飯 白米、青江菜、鹹豬肉、香菇	炸豬排 X1 豬排 X1-炸	照燒雞肉丸 雞肉丸、鮑菇、玉米-燒	快炒高麗 高麗菜、蘿蔔-炒	履歷蔬菜 小魚味噌湯 豆腐、洋蔥、小魚干	5.6	2.4	2.3	2.4	738
22	五	白飯 白米	紅燒魚排 X1 魚排(非水燉) X1-燒	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	油燻筍茸 筍茸、木耳、酸菜-炒	履歷蔬菜 南瓜排骨湯 南瓜、湯排、蔬菜	5.6	2.5	2.2	2.3	738
25	一	玉米飯 白米、玉米	蜜汁燒豬 豬肉、洋蔥、芝麻-燒	椒鹽甜不辣 甜不辣條(虱目魚漿)、芹菜-炒	海山醬結菜 結頭菜、木耳-煮	履歷蔬菜 海芽蛋花湯 海芽、雞蛋、青蔥	5.8	2.3	2.1	2.4	739
26	二	聖誕鮮茄義大利麵 義大利麵、番茄、絞肉	烤翅小腿 X2 翅小腿 X2-烤	豬肉條 X3 豬肉條 X3-烤	蔬炒黃芽 黃豆芽、蔬菜-炒	有機蔬菜 西式南瓜濃湯 南瓜、洋芋、蔬菜	5.7	2.5	2.2	2.3	745
27	三	五穀飯 白米、五穀米	花生豬腳 豬肉、豬腳、蘿蔔、花生-滷	雞肉親子丼 洋蔥、雞肉、雞蛋、蔬菜-煮	芋香白菜 大白菜、芋頭、蔬菜-煮	履歷蔬菜 雙結肉絲湯 結頭菜、海帶結、肉絲	5.6	2.4	2.3	2.2	728
28	四	白飯 白米	烤雞排 X1 雞排 X1-烤	凍腐燒肉 凍豆腐、肉片、青蔥-煮	蔬燒鮮瓜 鮮瓜、金針菇、蔬菜-煮	履歷蔬菜 刈菜排骨湯 刈菜、鮮菇、湯排	5.7	2.5	2.3	2.2	743
29	五	燕麥飯 白米、燕麥	味噌燒魚 魚肉(非水燉)、蘿蔔、彩椒、青蔥-燒	醋溜方干雞 雞肉、方干、小黃瓜-煮	炒花椰菜 花椰菜、蘿蔔-炒	履歷蔬菜 麻油雞湯 高麗菜、雞肉、枸杞	5.7	2.4	2.2	2.3	738