



# 新北食品

## 108年3月菜單

# 五常國小



※本公司菜單開立皆符合四章一Q主要食材規範  
全面使用非基因改造食材，敬請安心食用

地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳怡廷(營養字第009521號)、黃士展(營養字第004087號) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物1億產品責任險

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附裝	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
4	一	五穀飯 白米、五穀米-蒸	匈牙利豬排 豬排-燒	魚板蒸蛋 ◎雞蛋、魚板-蒸	椒香豆芽 豆芽菜、鮮蔬-炒	吉園圃 紅豆紫米甜湯 紅豆、紫米		5.8	2.7	2.4	2.7	790
5	二	芝麻飯 有機白米、黑芝麻-蒸 蔬食日	糖醋虎皮蛋 ◎雞蛋、糖醋醬-燒	肉燥福州丸X1 福州丸、豬肉、非基改豆干丁、鮮蔬-煮	脆炒高麗 高麗菜、鮮蔬、蝦米-炒	吉園圃 味噌海芽湯 海帶芽、非基改豆腐、非基改味噌、鮮蔬	水果	5.7	2.8	2.5	2.6	789
7	四	白飯 白米-蒸	台式鹹酥雞X3 雞肉-炸	番茄炒蛋 番茄、◎雞蛋、鮮蔬-炒	薑絲海根 海帶根、薑絲、鮮蔬-炒	吉園圃 蘿蔔排骨湯 紅白蘿蔔、湯排、鮮蔬	水果	5.9	2.6	2.3	2.7	787
8	五	薏仁飯 白米、薏仁-蒸	塔香肉片 豬肉、番茄、九層塔、鮮蔬-炒	玉米炒雞 非基改玉米、雞肉、鮮蔬-煮	蒟蒻結頭 結頭菜、鮮蔬、白蒟蒻片-炒	吉園圃 香菇瓜仔雞湯 香菇、蔴瓜、雞肉、鮮蔬		5.8	2.8	2.5	2.5	791
11	一	南瓜飯 白米、南瓜-蒸	脆皮雞腿排 雞排-炸	起司黃金魚蛋X2 洋蔥、魚蛋、鮮蔬、起司-煮	脆薯季豆 豆薯、四季豆、鮮蔬-炒	吉園圃 大滷湯 白菜、筍絲、鮮蔬、豬肉		5.8	2.7	2.4	2.5	781
12	二	小米飯 有機白米、小米-蒸	佛蒙特咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、蘋果、鮮蔬-煮	嫩菇炒蛋 洋蔥、杏鮑菇、◎雞蛋、鮮蔬-炒	玉筍花椰 花椰菜、玉筍、鮮蔬-炒	吉園圃 玉米濃湯 非基改玉米、鮮蔬、◎雞蛋	水果	5.9	2.6	2.5	2.7	792
14	四	香鬆蓋飯 白米、香鬆-蒸	地瓜燒雞 雞肉、地瓜、鮮蔬-燒	叉燒豬排 豬排-燒	腐皮黃瓜 大黃瓜、非基改豆包絲、鮮蔬-炒	吉園圃 桂圓~甜~八寶 綜合穀物、桂圓	水果	6.1	2.5	2.8	2.7	806
15	五	藜麥飯 白米、藜麥-蒸	起司年糕炒雞 雞肉、白菜、年糕、起司-炒	海陸三鮮 洋蔥、竹筍、魷魚翅、豬肉、鮮蔬-炒	韓式冬粉 黃豆芽、冬粉、鮮蔬-炒	吉園圃 柴魚味噌湯 非基改油片絲、非基改味噌、柴魚片、鮮蔬		5.9	2.7	2.6	2.5	793
18	一	揚州蝦仁炒飯 白飯、雞肉、蝦仁、雞蛋、蔥、高麗菜-炒	京都排骨 豬肉、鮮蔬-燒	廟口天婦羅X3 甜不辣、海山醬、白芝麻-燒	蘑菇甘藍 高麗菜、蘑菇、鮮蔬-炒	吉園圃 山藥嫩雞湯 山藥、馬鈴薯、雞肉、鮮蔬		6	2.7	2.4	2.6	800
19	二	地瓜飯 有機白米、地瓜-蒸	香菇栗子雞 雞肉、香菇、栗子、鮮蔬-燒	麻婆豆腐 非基改豆腐、豬肉、鮮蔬-煮	蛋酥白菜 白菜、香菇、豬肉、蛋酥、鮮蔬-煮	吉園圃 ~甜~ 仙草奶凍 仙草、◎奶粉	水果	5.8	2.7	2.3	2.8	792
21	四	白飯 白米-蒸	爪哇咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、鮮蔬-煮	玉米起司歐姆蛋 非基改玉米、◎雞蛋、鮮蔬、起司-炒	雙色花椰 花椰菜、鮮蔬-炒	吉園圃 巧達濃湯 馬鈴薯、蘑菇、鮮蔬、◎雞蛋	水果	5.7	2.8	2.5	2.6	789
22	五	紫米飯 白米、紫米-蒸	蘑菇醬豬排 豬排-燒	鵝鶉蛋X1 滷味拼盤 非基改蘭花干、鵝蛋、海帶結、鮮蔬-油	枸杞冬瓜 冬瓜、枸杞、鮮蔬-煮	吉園圃 蘿蔔香菇雞湯 蘿蔔、香菇、雞肉、鮮蔬		6.1	2.8	2.4	2.3	801
25	一	白飯 白米-蒸	豆乳蔥燒翅小腿X2 翅小腿、蔥、鮮蔬-燒	鮮炒脆筍凍豆腐 非基改凍豆腐、竹筍、鮮蔬、豬肉-炒	鄉村粉絲 高麗菜、冬粉、鮮蔬-炒	吉園圃 味噌蛋花湯 非基改豆腐、◎雞蛋、非基改味噌、鮮蔬		5.9	2.7	2.4	2.5	788
26	二	麥片飯 有機白米、麥片-蒸	洪記排骨酥X3 豬肉-炸	番茄蕈菇肉醬 番茄、金針菇、絞肉-燒	韭香銀芽 豆芽菜、韭菜、鮮蔬-炒	吉園圃 ~黑糖甜甜~ 奶香西米露 西谷米、黑糖、◎奶粉	水果	5.7	2.8	2.3	2.8	793
28	四	白醬海鮮貝殼麵 貝殼麵、花枝小丁、蝦仁、玉米筍、紅椒、白醬-煮	燒豬排 豬排-燒	酥烤柳葉魚X2 柳葉魚-烤(2個)	彩椒鮑菇 杏鮑菇、彩椒、鮮蔬-炒	吉園圃 甜玉米雞湯 非基改玉米段、雞肉、鮮蔬	水果	5.8	2.9	2.3	2.5	794
29	五	全穀飯 白米、全穀米-蒸	杏片三杯雞 雞肉、九層塔、杏仁片、鮮蔬-燒	大根燒肉片 蘿蔔、豬肉、鮮蔬-燒	金黃玉米 非基改玉米、鮮蔬-炒	吉園圃 白菜連鍋湯 白菜、湯排、鮮蔬		5.7	2.7	2.6	2.5	779

→五菜單內含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用~!

◎：過敏原標示，包含以下成分：1. 甲殼類及其製品 2. 芒果及其製品 3. 花生及其製品 4. 牛乳及其製品 5. 蛋及其製品 6. 堅果及其製品

7. 芝麻及其製品 8. 含麩質之穀類及其製品 9. 大豆及其製品 10. 魚類及其製品 11. 使用亞硝酸鹽等製品