



新北食品

107年4月菜單

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

五常國小



地址: 新北市三重區國道一段59號 營養師: 蔡孟容(營養字號6863) 包宇歡(營養字第8866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	附餐	全穀 粗粒	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	熱量
2	一	焗烤義式 白醬燉飯	★ 脆皮炸雞排 雞肉-炸	港式珍珠丸 珍珠丸-蒸(2個)	雲耳花椰 花椰菜、木耳-炒	吉園 園	椰香 西米露 西谷米、椰奶		5.1	2.6	2.2	2.4	715
3	二	白飯 (有機米)	蒸蛋 雞蛋-蒸	玉米肉燥 非基改玉米、豬肉、鮮蔬-煮	鐵板豆腐 非基改豆腐、鮮蔬-煮	吉園 園	羅宋湯 番茄、馬鈴薯、西芹	水果	5.3	2.4	2	2.5	714
清明連續假期 4/4(三)~4/6(五)													
9	一	紫米飯	鳳梨莎莎醬豬 豬肉、番茄、鳳梨-煮	菲力雞排 雞肉-燒	嫩菇脆筍 筍、菇-煮	吉園 園	柴香菜湯 白菜、柴魚		5	2.5	2.2	2.4	701
10	二	香菇油飯 (有機米)	胡蘆醬豬排 豬肉-燒	韓式 安東燉雞 馬鈴薯、寬粉、雞肉、鮮蔬-煮	洋蔥炒蛋 洋蔥、雞蛋-炒	吉園 園	紅豆湯 紅豆	水果	5.3	2.8	2	2.5	744
11	三	五穀飯	柚香蜜汁雞 雞肉、鮮蔬-煮	甜醬爆炒肉絲 豆芽菜、非基改乾絲、豬肉-炒	蒜香高麗 高麗菜、蒜-炒	吉園 園	味噌豆腐湯 非基改豆腐、味噌		5.1	2.6	2	2.5	715
12	四	白飯	豬肉咖哩 豬肉、馬鈴薯-煮	★ 日式唐揚雞 雞肉-炸	彩蔬燕餃 花椰菜、燕餃-炒	吉園 園	玉米濃湯 非基改玉米、馬鈴薯、雞蛋	水果	5.2	2.6	2.2	2.4	722
13	五	地瓜飯	照燒芝麻雞 雞肉、洋蔥、芝麻-燒	檸香打拋豬 非基改豆乾、豬肉、檸檬汁、鮮 蔬-煮	木耳脆筍 筍、木耳-炒	吉園 園	青木瓜排骨湯 青木瓜、排骨		5	2.8	2.1	2.4	721
16	一	南瓜飯	蘑菇醬燒肉片 豬肉、鮮蔬-煮	大阪燒花枝丸 花枝丸-烤(2個)	關東煮 蘿蔔、非基改豆腐、菇、玉 米-煮	吉園 園	香菇子排湯 香菇、排骨		5.1	2.4	2.2	2.4	700
17	二	薏仁飯 (有機米)	歐風野菇 奶焗雞 雞肉、馬鈴薯、菇、鮮蔬-煮	★ 藍帶起司豬 豬肉-炸	蒸蛋 雞蛋-蒸	吉園 園	味噌 肉絲湯 豬肉、味噌	水果	5.2	2.3	2	2.5	699
18	三	白飯	家常紅燒肉 豬肉、蘿蔔-煮	糖醋凍豆腐 非基改凍豆腐、鮮蔬、茼蒿-煮	開陽蒲瓜 蒲瓜、蝦米-煮	吉園 園	榨菜鮮雞湯 鮮蔬、榨菜、雞肉		5.1	2.6	2	2.5	715
19	四	海苔 香鬆炒飯	香烤雞腿 雞肉-烤	菇菇烏蛋 筍、鮑菇、鵝蛋-炒	葷絲白菜 白菜、金針菇-炒	吉園 園	冬瓜 山粉圓 粉圓、山粉圓	水果	5	2.4	2.2	2.4	693
20	五	燕麥飯	★豆乳排骨酥 排骨酥-炸	匈牙利燴雞 馬鈴薯、鮮蔬、雞肉-煮	雙色花椰 花椰菜-炒	吉園 園	裙帶鮮菇湯 菇、海帶芽		5.3	2.5	2.1	2.4	719
23	一	芝麻飯	韓式醬煮地瓜雞 雞肉、地瓜-煮	魚香肉蓉油腐 非基改油腐、豬肉、鮮蔬-煮	佃煮蒲瓜 蒲瓜、鮮蔬-煮	吉園 園	鮮筍肉片湯 筍、肉片		5.2	2.6	2.2	2.4	722
24	二	白飯 (有機米)	甜蔥姜汁燒肉 豬肉、洋蔥-燒	★黃金蛋蛋魚 柳葉魚-炸(2個)	鮮炒胡瓜 胡瓜、鮮蔬-炒	吉園 園	巧達濃湯 馬鈴薯、鮮蔬、雞蛋	水果	5.2	2.5	2	2.5	714
25	三	胚芽飯	鐵板沙茶雞 雞肉、鮮蔬-煮	奶醬金瓜燉肉 非基改豆腐、南瓜、豬肉-煮	田園玉米 非基改玉米、鮮蔬-炒	吉園 園	麻香鮮蔬湯 高麗菜、菇		5.1	2.5	2	2.5	707
26	四	五穀飯	麻醬豬排 豬肉-燒	鹹水雞 小黃瓜、玉米筍、雞肉-煮	焗烤 咖哩薯塊 馬鈴薯、起司絲-烤	吉園 園	綠豆 西米露 西谷米、綠豆	水果	5	2.5	2.2	2.4	701
27	五	茄汁 義大利麵	燒烤雞排 雞肉-烤	鮮肉燒賣 燒賣-蒸(2個)	腐乳高麗 高麗菜、腐乳	吉園 園	藥膳排骨湯 山藥、薏仁、排骨		5.3	2.4	2.1	2.4	712
30	一	白飯	香芋燜肉角 豬肉、芋頭-煮	福州丸肉燥 福州丸、非基改豆乾、豬肉、碎 瓜-煮	海絲芽菜 豆芽菜、海帶絲-炒	吉園 園	酸辣湯 非基改豆腐、木耳、鮮蔬、雞 蛋		5.1	2.6	2.2	2.4	715

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