



新北食品

107年8+9月菜單

五常國小



※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

地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：(營養字第 號)、(營養字第 號)、(營養字第 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 根莖	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	熱量
8/30	四	白飯	香烤翅小腿 雞肉-烤	糖醋魚丁 魚肉-燒	清炒高麗 高麗菜、鮮蔬-炒	吉園 圃	玉米排骨湯 非基改玉米、豬肉	水果	5.1	2.7	2.3	2.5	730
8/31	五	胚芽米飯	甜蔥燒肉 豬肉、蔥-燒	海山醬油豆腐 非基改油豆腐、蘿蔔-煮	蝦皮蒲瓜 蒲瓜、蝦米-炒	吉園 圃	裙帶蛋花湯 海帶芽、雞蛋		5.1	2.7	2.3	2.5	730
3	一	玉米飯	蒜味鹹酥雞 雞肉、九層塔、菇-燒	瓜仔鵪鶉肉醬 筍、碎瓜、鵪鶉蛋、豬肉-煮	脆綠花椰 花椰菜、木耳-炒	吉園 圃	冬瓜山粉圓 山粉圓		5.1	2.6	2.2	2.6	724
4	二	地瓜飯 【有機米】	玉米炒蛋 非基改玉米、雞蛋-炒	洋芋咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	塔香海茸 海茸、九層塔-炒	吉園 圃	味噌丸片湯 非基改味噌、貢丸	水果	5.1	2.7	2.1	2.5	725
5	三	紅藜飯	壽喜燒 雞肉、洋蔥-燒	甜醬肉絲豆干 非基改豆乾、豬肉-炒	開陽絲瓜 絲瓜、蝦米-炒	吉園 圃	山藥薏仁湯 山藥、薏仁		5.3	2.6	2.3	2.2	723
6	四	鐵板炒麵	胡麻醬豬排 豬肉-燒	三色銀芽雞絲 豆芽、雞肉-炒	鍋貼 鍋貼-烤(2個)	吉園 圃	蘑菇濃湯 菇、雞蛋	水果	5.1	2.7	2.2	2.5	727
7	五	雜糧飯	照燒芝麻雞 雞肉、芝麻-燒	打拋豬肉 非基改豆乾丁、豬肉、番茄-炒	紅絲菜豆 菜豆、鮮蔬-炒	吉園 圃	柴香菜湯 高麗菜、柴魚		5.2	2.7	2.2	2.5	734
10	一	全穀飯	歐風紅醬燉肉 豬肉、馬鈴薯、番茄-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	椰菜雞絲 花椰菜、雞肉	吉園 圃	青木瓜大骨湯 青木瓜、豬肉		5.2	2.6	2.3	2.5	729
11	二	白飯 【有機米】	嫩汁烤腿排 雞肉-烤	玉米濃湯煨豆腐 非基改豆腐、非基改玉米-煮	蒜香高麗 高麗菜、鮮蔬-炒	吉園 圃	榨菜肉絲湯 榨菜、豬肉	水果	5.2	2.6	2.4	2.5	732
12	三	麥片飯	蘑菇醬燒豬 豬肉、菇-燒	客家炒年糕 豆芽菜、年糕、香菇-炒	南瓜炒蛋 南瓜、雞蛋-炒	吉園 圃	筍片雞湯 筍、雞肉		5.1	2.7	2.2	2.5	727
13	四	芝麻飯	和風栗香雞 雞肉、洋蔥、栗-燒	鍋燒凍豆腐 白菜、非基改凍豆腐、豬肉-炒	堅果玉米 非基改玉米、鮮蔬、堅果-炒	吉園 圃	紫菜蛋花湯 紫菜、雞蛋	水果	5.4	2.6	2.2	2.2	727
14	五	番茄 螺旋麵	椒鹽豬排 豬肉-燒	香鬆花枝丸 花枝丸、香鬆-烤(2個)	小瓜玉筍 小黃瓜、玉米筍-炒	吉園 圃	紫米紅豆湯 紅豆、紫米		5.4	2.6	2.3	2.2	730
17	一	白飯	梅乾扣肉 豬肉、梅乾菜-煮	茄汁油豆腐 非基改油豆腐、番茄-燒	鮮炒脆筍 筍、木耳-炒	吉園 圃	鮮蔬胡瓜湯 胡瓜、蘿蔔		5.2	2.6	2.3	2.2	716
18	二	雜糧飯 【有機米】	奶香玉米雞 雞肉、非基改玉米-煮	客家小炒 非基改豆乾、豬肉-炒	柴魚滷白菜 白菜、柴魚、木耳-煮	吉園 圃	南瓜濃湯 南瓜、馬鈴薯、雞蛋	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
19	三	紅藜飯	韓式糖醋肉 豬肉、洋蔥-燒	關東煮 蘿蔔、黑輪、豬血糕、甜不辣-煮	長豆肉燥 長豆、豬肉-炒	吉園 圃	麻香鮮蔬湯 高麗菜、菇		5.3	2.6	2.3	2.4	732
20	四	嘉義 雞肉飯	三杯雞 雞肉、九層塔-燒	醬燒魚丁 魚肉-燒	鮮燒冬瓜 冬瓜、菇-燒	吉園 圃	檸檬甜愛玉 愛玉	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
21	五	芝麻飯	烤肉醬豬排 豬肉-燒	莎莎醬雞茸 洋蔥、番茄、雞肉-炒	蛋酥高麗 高麗菜、雞蛋-炒	吉園 圃	芹香蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜		5.3	2.6	2.4	2.3	730
24	一	新北食品祝大家 ☆~中秋佳節愉快~☆ 											
25	二	香鬆飯 【有機米】	甜芋燜肉角 豬肉、芋頭	卡啦雞腿排 雞肉-炸	番茄炒蛋 番茄、雞蛋-炒	吉園 圃	椰奶西米露 西谷米	水果	5.1	2.6	2.3	2.3	713
26	三	胚芽米飯	香菇燉雞 雞肉、蘿蔔、香菇-燒	麻婆豆腐 非基改豆腐、豬肉-煮	雙色花椰 花椰菜、鮮蔬-炒	吉園 圃	味噌洋蔥湯 洋蔥、非基改味噌		5.1	2.6	2.4	2.5	725
27	四	白飯	京醬肉柳 豬肉、洋蔥-炒	蒸蛋 雞蛋-蒸	蔥香扁蒲 蒲瓜、鮮蔬-炒	吉園 圃	冬瓜湯 冬瓜、薑	水果	5.3	2.5	2.3	2.2	715
28	五	五穀飯	鮑菇沙茶雞 雞肉、沙茶-炒	筍香肉絲 筍、香菇、豬肉-炒	咖哩粉絲 高麗菜、粉絲、鮮蔬-炒	吉園 圃	肉骨茶湯 金針菇、鮮蔬、豬肉		5.3	2.6	2.2	2.3	725

→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~!