上將食品 114年10月

本店豬原料 原產地 臺灣

忠孝國中

◎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
*本公司全面使用非基改玉米及豆製品 *未使用輻射污染食品
*菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等，不適合其過敏體質者食用◎營養師：黃靖芸(營養字第 011869 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜			湯	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
1	三蔬食	有機白飯 有機白米	洋蔥味噌燒肉 豬肉.洋蔥.蔬菜-炒	蘿蔔炆雞 蘿蔔.雞肉.蔬菜-煮	腐皮鮮瓜 鮮瓜.油片.蔬菜-煮	有機蔬菜	鮮筍瘦肉粥 白米.竹筍.絞肉.蔬菜		6.6	2.6	2.2	2.7	834
2	四	紫米飯 白米.紫米	滷香雞排 X1 雞排 X1-滷	蜜汁堅果四方干 四方干.蔬菜.堅果-燒	枸杞高麗 高麗菜.木耳.枸杞-炒	有機蔬菜	黑糖珍珠甜湯 粉圓.綠豆.黑糖		6.7	2.5	2.1	2.4	817
3	五	塔香木須炒粄條 粄條.豬肉.木耳.雞蛋.九層塔	烤肉排 X1 豬排 X1-烤	★麥克雞塊 X2 麥克雞塊 X2-炸	豆豉小魚鮮筍 竹筍.小魚干.蔬菜.豆豉-炒	有機蔬菜	冬瓜燉雞湯 冬瓜.雞肉.薑絲	水果	6.5	2.5	2.2	2.5	810
7	二	大麥仁飯 白米.大麥仁	中秋柚香雞 雞肉.洋蔥.柚子醬-燒	烤豬肉條 X3 豬肉條 X3-烤	蠔香藻唇片 海帶唇.蔬菜-炒	標章蔬菜	味噌丸子湯 蘿蔔.貢丸片.味噌	鮮奶	6.5	2.5	2.1	2.5	808
8	三蔬食	有機白飯 有機白米	烤醬燒豬 豬肉.洋芋-燒	五味醬雞肉 雞肉.結頭菜.蔬菜-燒	彩蔬花椰 花椰菜.彩椒-炒	有機蔬菜	西式濃湯 玉米.雞蛋.蔬菜	水果	6.7	2.5	2.2	2.7	833
9	四	海苔香鬆飯 白米.海苔香鬆	★炸雞腿 X1 雞腿 X1-炸	蕈菇玉米炒蛋 雞蛋.玉米.鮮菇.蔬菜-炒	鍋燒白菜 白菜.豆皮.蔬菜-燒	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓.冬瓜磚		6.7	2.5	2.1	2.6	826
13	一	芝麻飯 白米.芝麻	甜醬洋釀雞 雞肉.洋蔥.青蔥-燒	肉茸蒸蛋 雞蛋.蔬菜.絞肉-蒸	豆酥條豆 條豆.蔬菜.豆酥-炒	標章蔬菜	韓式大醬湯 豆腐.鮑菇.肉絲		6.5	2.4	2.2	2.5	803
14	二	藜麥飯 白米.白藜麥	和風燒豬 豬肉.蘿蔔-燒	照燒愛心黑輪 X2 愛心黑輪 X2-燒	脆炒時瓜 鮮瓜.木耳.蔬菜-煮	標章蔬菜	奶香西米露 芋頭.西谷米.奶粉		6.5	2.5	2.1	2.5	808
15	三蔬食	有機白飯 有機白米	莎莎醬雞肉 雞肉.洋蔥.番茄.香料-煮	醬爆干絲 干絲.豬肉絲.芹菜.蔬菜-炒	蒜香高麗 高麗菜.蔬菜.蒜-炒	有機蔬菜	四神湯 洋芋.湯排.山藥.薏仁	水果	6.8	2.5	2.1	2.6	833
16	四	白飯 白米	蒲燒魚 X1 魚排 X1-蒸	沙嗲薯塊雞 雞肉.洋芋.蔬菜-燒	銀芽彩蔬 豆芽菜.蔬菜-炒	有機蔬菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜.金針菇.枸杞		6.6	2.5	2.1	2.5	815
17	五	古早味油飯 白米.糯米.香菇.肉絲.木耳	醍醐雞排 X1 雞排 X1-滷	茶葉蛋 X1 帶殼雞蛋 X1.茶包-滷	拌炒海絲 海帶絲.蔬菜-炒	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐.竹筍.鮮菇.雞蛋.木耳	水果	6.7	2.5	2	2.5	819
20	一	白醬蕈菇螺旋麵 麵.玉米.鮮菇.豬肉.蔬菜	燒烤里肌排 X1 豬排 X1-烤	★檸香雞柳條 X2 檸香雞柳條 X2-炸	蒟蒻鮮瓜 鮮瓜.蔬菜.蒟蒻-煮	標章蔬菜	結菜雞湯 結頭菜.雞肉.蔬菜	鮮奶	6.5	2.4	2.2	2.5	803
21	二	燕麥飯 白米.燕麥	黃燜雞 雞肉.洋芋.蔬菜-煮	番茄豆腐蛋 番茄.雞蛋.豆腐-炒	雲耳炒筍 竹筍.木耳.蔬菜-炒	標章蔬菜	綠豆湯 綠豆.麥片		6.7	2.5	2.1	2.6	826
22	三蔬食	有機白飯 有機白米	糖醋魚排 X1 魚排 X1-燒	墨西哥脆薯雞茸 豆薯.雞絞肉.紅藜.青豆.墨西哥香料-炒	紅蘿花椰 花椰菜.蘿蔔-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米.蔬菜.雞蛋	水果	6.6	2.6	2.2	2.7	834
23	四	紅扁豆飯 白米.紅扁豆	宮保雞肉 雞肉.竹筍.蔬菜.花生-燒	鮮魷肉片白菜 白菜.豬肉片.魷魚.蔬菜-煮	蔬炒玉米 玉米.鮮菇.蔬菜-炒	有機蔬菜	海芽味噌湯 豆腐.海芽	水果	6.7	2.4	2	2.5	812
27	一	麥片飯 白米.麥片	孜然雞塊 雞肉.蔬菜.孜然-燒	回鍋肉 豆干片.豬肉.蔬菜-炒	芝香雙芽 黃豆芽.蔬菜.海芽.芝麻-炒	標章蔬菜	鼎邊銼 粄條.豬肉.木耳.蔬菜	豆奶	6.7	2.5	2.1	2.5	822
28	二	白飯 白米	南瓜咖哩豬 豬肉.南瓜.蔬菜-煮	椒鹽薯瓣 X3 薯瓣 X3-烤	開陽高麗 高麗菜.蔬菜.蝦米-炒	標章蔬菜	鮮茄蛋花湯 蔬菜.雞蛋.番茄		6.7	2.4	2.2	2.4	812
29	三蔬食	有機白飯 有機白米	乳嚕醬燒雞 雞肉.結頭菜-燒	肉燥蒸蛋 雞蛋.蔬菜.絞肉-蒸	雲耳白菜 大白菜.木耳.蔬菜-煮	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜.豬肉.冬菜	水果	6.7	2.5	2.2	2.6	829
30	四	蕎麥飯 白米.蕎麥	★炸豬排 X1 豬排 X1-炸	沙茶油腐米糕 米血糕.油豆腐.九層塔-煮	鮮蔬花椰 花椰菜.蔬菜-炒	有機蔬菜	仙草 QQ 仙草.QQ 圓		6.7	2.4	2	2.5	812
31	五	哨子醬拌麵 麵.番茄.洋蔥.豆干丁.絞肉	香草烤雞翅 X1 雞翅 X1-烤	肉末四季豆炒蛋 雞蛋.四季豆.豬絞肉-炒	鮮瓜匯煮 鮮瓜.金針菇.蔬菜-煮	有機蔬菜	味噌小魚湯 豆腐.蔬菜.小魚干	水果	6.8	2.4	2.2	2.6	828

公司全面使用非基改玉米及豆製品
★表示油炸品　※本菜單含有海鮮、堅果、奶製品及蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！

主要種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其它分析(次/月)	
蔬食	魚肉種類	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理肉品/加工品	生鮮食材	調理加工品	★油炸品	甜湯
0 次	2 次	8 次	10 次	20 次	0 次	33 次	7 次	4 次	5 次