



新北食品 112年6月菜單

市大附小

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改良食材並符合三章一Q規範，敬請安心食用。電話：(02) 29851830 傳真：(02) 29806364 已投保明台產物1億產品責任險。
 地址：新北市三重區國道一段59號 營業部：陳冠瑜(營業字第009647號)、陳淑婷(營業字第010986)、林芳婷(營業字第009677)、吳亭嫻(營業字第010830)

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量	
1	四	白飯 白米	京醬肉片 豬肉(50-60g)、鮮蔬-炒	虱目魚輪×1 虱目魚輪(30g)-燒	彩椒長豆 長豆、彩椒-炒	有機蔬菜	鮮筍雞湯 筍子、菇、雞肉	6.3	2.6	2.3	2.3	797	
2	五	香菇肉絲油飯 白米50%、糯米、豬肉、香菇、薑	★香酥棒棒腿×2 翅小腿(50-60g)-炸	蘿蔔燒肉 蘿蔔、豬肉、蔥-煮	清炒扁蒲 扁蒲、鮮蔬-炒	青菜	◆冬瓜山粉圓 山粉圓、冬瓜糖	6.2	2.5	2.4	2.4	790	
5	一	白飯 白米	香滷雞腿×1 雞腿(90-100g)-滷	南瓜豬肉煲 豬肉、豆腐、南瓜、青豆-煮	開陽高麗 高麗菜、鮮蔬、蝦皮-炒	有機蔬菜	鮮瓜排骨湯 鮮瓜、豬肉	6.2	2.6	2.4	2.3	793	
6	二	燕麥有機白飯 有機白米、燕麥	★椒鹽豬肉×4 豬肉(50-60g)、長豆-炸	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒	竹筍蔬炒 筍子、鮮蔬、菇-炒	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯、鮮蔬、雞蛋、奶粉	鮮奶	6.3	2.4	2.3	2.6	796
7	三	白飯 白米	義式燉雞 雞肉(50-60g)、番茄、鮮蔬-燉	玉米肉片 豬肉、玉米、鮮蔬-炒	芋頭白菜 大白菜、芋頭、鮮蔬-煮	青菜	白玉貢丸湯 貢丸、蘿蔔、芹菜	6.3	2.5	2.2	2.3	787	
8	四	DIY 味噌拉麵 麵、鮮蔬	蒜香豬排×1 豬排(50-60g)-燒	滷蛋×1 雞蛋(40-50g)-滷	韭菜黃豆芽 黃豆芽、鮮蔬、韭菜-炒	有機蔬菜	味噌蛋花湯 海帶芽、雞蛋、柴魚	6.4	2.6	2.2	2.4	806	
9	五	白飯 白米	咖哩雞 雞肉(50-60g)、馬鈴薯、鮮蔬-煮	鮮魷肉片 豬肉、豆干、魷魚、彩椒-炒	雙色花椰 白綠花椰菜、菇-炒	青菜	◆珍珠奶茶 珍珠、紅茶、奶粉	6.3	2.5	2.4	2.3	792	
12	一	薏仁飯 白米、小薏仁	泰式打拋豬 豬肉、番茄、鮮蔬、九層塔-炒	★鹹酥雞×3 雞肉、長豆-炸	冬瓜燒麵輪 冬瓜、鮮蔬、麵輪-煮	有機蔬菜	芙蓉豆腐湯 豆腐、雞蛋	6.2	2.6	2.3	2.5	799	
13	二	香鬆有機白飯 有機白米、海苔香鬆	味噌魚丁 生鮮水鯊魚(50-60g)、鮮蔬-煮	蜜汁豬肉 黑豆干、豬肉、白芝麻-滷	熱炒高麗 高麗菜、鮮蔬、菇-炒	有機蔬菜	◆綠豆湯 綠豆、小米	鮮奶	6.1	2.6	2.4	2.3	786
14	三	蕎麥飯 白米、蕎麥	客家滷肉 豬肉(50-60g)、蘿蔔、梅干菜-滷	竹筍炒肉絲 筍子、豬肉、鮮蔬-炒	白菜滷 大白菜、鮮蔬、蝦皮-煮	青菜	青木瓜煲湯 青木瓜、枸杞、紅棗	6.3	2.6	2.4	2.4	804	
15	四	番茄肉醬義大利麵 麵、番茄、鮮蔬、豬肉	義式香烤雞排×1 雞腿排(50-60g)-烤	洋芋炒蛋 雞蛋、馬鈴薯、青豆-炒	木耳扁蒲 扁蒲、鮮蔬-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米、鮮蔬、雞蛋、奶粉	6.2	2.5	2.3	2.6	796	
16	五	麥片飯 白米、麥片	里肌豬排×1 豬排-燒	酸甜海鮮捲×1 海鮮捲(30g)-燒	蒜香花椰 白綠花椰菜、紅蘿蔔、蒜-炒	青菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔、豬肉	6.5	2.4	2.2	2.5	803	
17	六	白飯 白米	沙茶雞丁 雞肉(50-60g)、菇、鮮蔬-炒	豬肉豆腐煲 豬肉、豆腐、鮮蔬-煮	蔬炒長豆 長豆、鮮蔬-炒	青菜	脆薯肉絲湯 豆薯、豬肉	6.1	2.6	2.5	2.3	788	
19	一	白飯 白米	蒲燒魚×1 鯛魚(50-60g)、白芝麻-蒸	油腐燒肉 豬肉、油豆腐、蘿蔔、柴魚-燉	香甜玉米 玉米、鮮蔬-炒	有機蔬菜	◆芋頭西米露 西谷米、芋頭、奶粉	6.3	2.5	2.3	2.4	794	
20	二	和風蛋炒飯 有機白米、鮮蔬、雞蛋、蒜	日式咖哩豬 豬肉(50-60g)、馬鈴薯、鮮蔬-煮	★麥克雞塊×2 雞塊(40g)-炸	黃瓜蔬炒 大黃瓜、鮮蔬-炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、鮮蔬、柴魚	鮮奶	6.2	2.6	2.4	2.5	802
21	三	白飯 白米	三杯雞 雞肉(50-60g)、菇、九層塔-炒	鮮蔬炒蛋 雞蛋、鮮蔬-炒	螞蟻上樹 鮮蔬、冬粉、豬肉-煮	青菜	羅宋湯 番茄、馬鈴薯、鮮蔬、豬肉	6.3	2.6	2.4	2.2	795	
~端午節連假快樂~ ~Happy Dragon Boat Festival~													
26	一	胚芽飯 白米、胚芽米	嫩汁肉條×4 豬肉(50-60g)-烤(4個)	茶碗蒸 雞蛋、鮮蔬-蒸	蒜炒高麗 高麗菜、鮮蔬、蒜-炒	有機蔬菜	味噌湯 海帶芽、油片、柴魚	6.1	2.5	2.1	2.5	780	
27	二	有機白飯 有機白米	孜然燒雞 雞肉(50-60g)、鮮蔬-燒	鮮蔬肉片 豬肉、大白菜、鮮蔬-煮	針菇扁蒲 扁蒲、鮮蔬、金針菇-炒	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯 馬鈴薯、鮮蔬、豬肉	鮮奶	6.2	2.6	2.2	2.4	792
28	三	紫米飯 白米、紫米	蠔香肉柳 豬肉(50-60g)、鮮蔬、蔥-炒	番茄凍腐雞 雞肉、凍豆腐、番茄、鮮蔬-煮	炒花椰菜 白綠花椰菜、鮮蔬-炒	青菜	金針雞湯 乾金針花、蘿蔔、雞肉	6.2	2.6	2.3	2.3	790	
29	四	白醬蘑菇義大利麵 麵、鮮蔬、蘑菇、奶粉-煮	義式香烤雞排×1 雞腿排(50-60g)-烤	玉米炒蛋 雞蛋、玉米、青豆-炒	芹菜海帶絲 海帶絲、彩椒、芹菜-煮	有機蔬菜	◆紅豆牛奶湯 紅豆、奶粉	6.4	2.5	2.2	2.4	799	
30	五	大麥飯 白米、大麥	香菇肉片 豬肉、鮮蔬、香菇、花瓜-煮	★酥炸魚排×1 虱目魚排(50-60g)-炸	什錦鮮瓜 絲瓜、鮮蔬-炒	青菜	芋頭米粉湯 大白米、米粉、芋頭、香菇、芹菜	6.3	2.6	2.1	2.5	801	

→本菜單內容含有過敏原：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硝酸鹽等製品及其相關製品，有過敏體質者，敬請小心食用！！



主菜種類(次/月)		主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
				加工食品			
豆類及其製品 0次	魚肉及海鮮 2次	生鮮食材 21次	調理食品 0次	肉魚類 2次	其他 2次	★油炸 5次	◆甜湯 5次
豬肉 10次	雞肉 9次						