



New Taipei *本公司使用之生鮮食材皆為國產及非基改並符合三章一Q規範，敬請安心食用。

地址：新北市三芝區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第000647號)、潘柏甫(營養字第010569號)、蕭柏融(營養字第010402) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已段證明台灣物產100%產品責任險



日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜	蔬菜	湯品	全蛋	蛋黃	肉類	魚類	海鮮	熱帶	奶類	奶類	奶類
1	五	五穀飯 白米、五穀米-蒸	三杯雞 雞丁、杏鮑菇、薑、九層塔-炒	粉紅味噌關東煮 白蘿蔔、凍豆腐、水滷魚丁、煮	木須炒豆 豆段、豆薯絲、木耳-炒	橫章蔬菜	番茄蛋花湯 番茄、洋蔥、雞蛋	6.6	2.4	2.3	2.5	812	260	775		
4	一	芝麻飯 白米、黑芝麻-蒸	醬味豬排X1 豬排-煮	咖哩洋芋 馬鈴薯、豬絞肉、紅蘿蔔、洋蔥-煮	香菇高麗 高麗菜、香菇-炒	橫章蔬菜	黃瓜湯 大黃瓜、雞湯骨	6.8	2.3	2.2	2.6	821	250	760		
5	二	蕎麥飯 白米、蕎麥-蒸	義式烤雞排X1 雞排-烤	茶碗蒸 雞蛋、香菇-蒸	佃煮蘿蔔 白蘿蔔、豆皮結、柴魚-煮	橫章蔬菜	味噌湯 凍豆腐、柴魚、味噌	6.6	2.3	2.1	2.5	800	255	755		
6	三	有機白飯 有機白米-蒸	奶香燉肉 豬肉片、馬鈴薯、紅蘿蔔、奶粉-煮	醬烤雞翅X1 三節雞翅-烤	雙色花椰 白、綠花椰菜、彩椒、蒜-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋、洋蔥、奶粉	6.9	2.3	2.2	2.4	819	270	750		
7	四	小米飯 白米、小米-蒸	番茄羅勒雞 雞丁、番茄、九層塔-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔、蔥-炒	鮮菇海絲 海帶絲、蒜-炒	有機蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆、洋薏仁	6.5	2.4	2.5	2.3	801	260	755		
8	五	古早味油飯 白米50%、長糯米、豬肉絲、香菇、花生-蒸	★排骨酥X4 豬肉角、豆段-炸	絞肉嫩腐 豆腐、豬絞肉、洋蔥-煮	時令鮮瓜 冬瓜、紅蘿蔔、香菇-煮	橫章蔬菜	紫菜蛋花湯 雞蛋、海帶芽、薑	6.3	2.5	2.1	2.7	803	250	760		
11 一 國慶日看煙火~~~																
12	二	燕麥飯 白米、燕麥-蒸	咖哩雞 雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥-煮	花生細腐豬 細腐、豬肉角、花生、香菜-豬	燴炒薯片 豆薯、木耳、彩椒、蔥-炒	橫章蔬菜	綜合關東煮 杏鮑菇、蘿蔔、海結、芹菜	6.7	2.3	2.1	2.4	802	260	770		
13	三	有機白飯 有機白米-蒸	蔥爆豬 豬肉片、洋蔥、蔥-炒	番茄炒蛋 雞蛋、番茄-炒	白菜滷 大白菜、豆包絲、紅蘿蔔、香菇-滷	有機蔬菜	紅豆牛奶湯 紅豆、奶粉	6.8	2.4	2.2	2.3	815	260	765		
14	四	糙米飯 白米、糙米-蒸	京醬炒雞 雞丁、紅蘿蔔-炒	玉米肉蓉 玉米粒、豬絞肉、馬鈴薯、彩椒-炒	鮮菇菜豆 菜豆、金針菇-炒	有機蔬菜	豚骨味噌湯 豆腐、豬肉片、洋蔥、柴魚、味噌	6.7	2.4	2.2	2.3	808	255	775		
15	五	黃金菇菇炒飯 白米、豬肉絲、雞蛋、杏鮑菇、洋蔥、紅椒、蔥-炒	★椒鹽豬排X1 豬排-炸	芝香豆干魚丁 大溪黑干、水沙魚丁、白芝麻-油	紅絲高麗 高麗菜、紅蘿蔔-炒	橫章蔬菜	金針湯 蘿蔔、金針花	6.6	2.5	2.1	2.5	815	270	760		
18	一	紫米飯 白米、黑糯米-蒸	和風烤雞排X1 雞排-烤	絞肉嫩腐煲 豆腐、豬絞肉、洋蔥-煮	紅燒筍片 筍片、紅蘿蔔、蔥-炒	橫章蔬菜	冬瓜山粉圓 冬瓜磚、山粉圓	6.5	2.5	2.2	2.4	806	245	775		
19	二	蕎麥飯 白米、蕎麥-蒸	瓜仔肉燥 豬絞肉、洋蔥、香菇、花瓜-煮	蜜汁鯛魚排X1 鯛魚排、白芝麻-蒸	熱炒高麗 高麗菜、彩椒-炒	橫章蔬菜	玉米蛋花湯 玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋	6.6	2.3	2.2	2.5	802	255	765		
20	三	有機白飯 有機白米-蒸	糖醋雞球 雞丁、鳳梨-燒	蒸蛋 雞蛋-蒸	彩蔬花椰 白、綠花椰菜、紅蘿蔔、香菇-炒	有機蔬菜	羅宋湯 番茄、西洋、洋蔥、豬湯排	6.5	2.5	2.3	2.5	813	245	775		
21	四	薏仁飯 白米、薏仁-蒸	南洋咖哩豬 豬肉片、馬鈴薯、紅蘿蔔、椰漿-煮	香嫩小雞腿X2 翅小腿-烤	木耳白菜 白菜、豆包絲、木耳-炒	有機蔬菜	海帶芽湯 海帶芽、雞湯骨	6.5	2.4	2.1	2.6	805	255	765		
22	五	義大利麵 螺旋麵	★脆皮雞腿 X1 雞腿-炸	奶香肉蓉醬 豬絞肉、玉米、馬鈴薯、紅椒、毛豆、奶粉-煮	脆炒豆豉 豆段、金針菇、豆酥-炒	橫章蔬菜	南瓜濃湯 南瓜、馬鈴薯、雞蛋、洋蔥、奶粉	6.7	2.3	2.2	2.3	800	270	770		
25	一	燕麥飯 白米、燕麥-蒸	爆炒豬柳 豬肉柳、紅蘿蔔、蔥-燒	嫩汁雞腿捲X1 雞腿捲-燒	爽脆大瓜 大黃瓜、豆包絲、枸杞-煮	橫章蔬菜	菇菇雞湯 杏鮑菇、金針菇、雞湯骨	6.6	2.5	2.2	2.3	808	255	770		
26	二	雜糧飯 白米、雜糧米-蒸	★鹹酥雞X4 雞丁、豆段-炸	南瓜炒蛋 雞蛋、南瓜、毛豆-炒	紅絲海根 海帶根、紅蘿蔔、薑絲-炒	橫章蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽、洋蔥、柴魚、味噌	6.8	2.3	2.1	2.7	823	260	765		
27	三	有機白飯 有機白米-蒸	梅干爌肉 豬肉角、筍、梅干菜-煮	嫩汁雞翅X1 三節雞翅-烤	三絲白菜 大白菜、紅蘿蔔、木耳、豆包絲-炒	有機蔬菜	清燉蘿蔔湯 白蘿蔔、雞湯骨、芹菜	6.7	2.6	2.1	2.6	834	270	770		
28	四	大麥飯 白米、大麥-蒸	板栗燒雞 雞丁、豆薯、栗子-燒	家常滷醬 豆干、豬絞肉、洋蔥、毛豆-煮	紅蔥高麗 高麗菜、紅蘿蔔、紅蔥-炒	有機蔬菜	花生薏仁湯 花生、洋蔥仁、奶粉	6.7	2.3	2.2	2.4	805	255	760		
29	五	什錦鮮蔬炒飯 白米、豬肉絲、洋蔥、紅椒、玉米、青豆、雞蛋-炒	蜜汁豬排X1 豬排-煮	Q彈滷蛋 雞蛋、豆干、杏鮑菇-滷	炒花椰 白、綠花椰菜、彩椒、木耳-炒	橫章蔬菜	青木瓜煲湯 青木瓜、雞湯骨	6.6	2.3	2.3	2.4	800	255	760		

→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)			
豆類及蛋類	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		魚肉類	其他	油炸品	甜湯
6次	3次	17次	14次	40次	0次	0次		0次	4次	4次	