

# 新北食品113年4月菜單

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造食材並符合三章一規範，敬請安心食用。

◎本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含鉛質之穀類、大豆、魚類及其製品、不適合對其過敏體質者食用！

電話：(02)29851830 地址：新北市三重區國道路一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、林芳婷(營養字第009677號)、郭靜嘉(營養字第011610)、許芷玲(營養字第011822) 已投保明台產物1億產品責任險。



## 仁愛國小

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀 雜糧	豆魚 蛋	蔬果	油脂	水準	熱量
1	一	拿坡里肉醬義大利麵	★骰子豬X4	炒花椰菜	甘藷條X4	有機 蔬菜	玉米蛋花湯		5.3	2.6	2.1	2.6	736
		麵.番茄.蔬菜.豬肉	豬肉.長豆-炸	花椰菜.蒜-炒	地瓜-烤		玉米.雞蛋.蔬菜						
2	二	芝麻有機飯	碳烤雞腿排X1	總匯干丁	鮮菇瓠瓜	有機 蔬菜	銀蘿排骨湯	水果 (低)	5.5	2.6	2.1	2.5	805
		有機白米.黑芝麻	雞腿排-烤	玉米.豆干.毛豆-炒	扁蒲.蔬菜.菇-炒		蘿蔔.豬肉						



~ ~ ~ 兒童清明連假 ~ ~ ~



8	一	麥片飯	BBQ烤雞翅X1	蔬菜肉片	醬滷冬瓜	有機 蔬菜	~甜~ 芋香西米露		5.4	2.6	2.1	2.4	734
		白米.麥片	三節雞翅-烤	豬肉.蔬菜.有機黑木耳-煮	冬瓜.菇-滷		芋頭.西谷米.奶粉						
9	二	有機白飯	糖醋魚丁X3	有機木耳炒蛋	芝麻海帶結	有機 蔬菜	玉米濃湯	水果+ 保久乳 (低)	5.7	2.5	1.6	2.5	807
		有機白米	生鮮魚丁.蔬菜-燒	雞蛋.有機黑木耳.蔬菜-炒	海帶結.白芝麻-適		玉米.蔬菜.雞蛋.奶粉						
11	四	醬香什錦肉絲炒飯	香嫩豬排X1	蒸 蛋	鮮菇花椰	有機 蔬菜	昆布嫩雞湯	水果 (中.高)	5.5	2.6	2	2.6	807
		有機白米.蔬菜.豬肉	豬排-燒	雞蛋-蒸	花椰菜.菇-炒		海帶芽.雞肉						
12	五	蕎麥飯	春川炒雞	鹽燒豬肉	翠炒四季	履歷 蔬菜	韓式大醬湯		5.5	2.6	2.2	2.4	743
		白米.蕎麥	雞肉.蔬菜.年糕-炒	蘿蔔.豬肉-煮	長豆.乾蘿蔔-炒		豆腐.蔬菜.味噌.柴魚						
15	一	白飯	蒜泥肉片	香蒜小棒腿X1	絢片結頭	有機 蔬菜	鮮蔬蛋花湯		5.7	2.6	2	2.5	757
		白米	豬肉.蔬菜.蒜-煮	翅小腿-烤	結頭菜.乾蘿蔔-炒		蔬菜.雞蛋						
16	二	雜糧飯	★鹹酥雞X4	熱炒白藍	酢醬肉燥	有機 蔬菜	馬鈴薯排骨湯	水果 (低)	5.5	2.6	1.6	2.6	805
		白米.雜糧米-蒸	雞肉.長豆-炸	高麗菜.木耳.蒜-炒	豆干.豬肉.乾蘿蔔.菇-炒		馬鈴薯.蔬菜.豬肉						
18	四	海苔 香鬆飯	蜜香滷味	番茄炒蛋	花椰百匯	有機 蔬菜	味噌海苔湯	水果 (中.高)	5.8	2.5	1.6	2.5	814
		有機白米.海苔香鬆-蒸	乾蘿蔔.豆干.菇-滷	雞蛋.豆腐.番茄-炒	花椰菜.蔬菜-炒		海帶芽.蔬菜.味噌.柴魚						
19	五	白飯	蒲燒魚排X1	腰果雞蓉	白菜滷	履歷 蔬菜	元氣雞湯		5.5	2.6	2.1	2.5	705
		白米	魚排.白芝麻-蒸	玉米.雞肉.毛豆.腰果-炒	大白菜.蔬菜-煮		蘿蔔.雞肉.菇.枸杞						
22	一	胚芽飯	奶香菇菇雞	木耳四季	豆干炒肉絲	有機 蔬菜	結頭玉米湯		5.6	2.5	2.1	2.4	740
		白米.胚芽米	雞肉.菇.蔬菜.奶粉-燉	長豆.乾蘿蔔.木耳-炒	豆干.豬肉.西芹.彩椒-炒		玉米.結頭菜						
23	二	油蔥 雞絲飯	炙燒豬排X1	茶碗蒸	個煮蘿蔔	有機 蔬菜	~甜~ 絢豆牛奶湯	水果 (低)	5.7	2.6	2	2.5	817
		有機白米.洋蔥.雞肉	豬排-燒	雞蛋.毛豆-蒸	蘿蔔.菇-煮		絢豆.黑糯米.奶粉						
25	四	有機白飯	鐵板豬柳	玉米炒蛋	海帶三絲	有機 蔬菜	巧達濃湯	水果 (中.高)	5.8	2.5	1.6	2.4	809
		有機白米	豬肉.洋蔥-炒	雞蛋.玉米-炒	海帶.乾蘿蔔.芹菜.薑-炒		馬鈴薯.蔬菜.雞蛋.奶粉						
26	五	燕麥飯	義式番茄燉雞	地瓜薯條X4	蒜香花椰	履歷 蔬菜	珍菇蔬菜湯		5.7	2.4	2.2	2.5	747
		白米.燕麥	雞肉.蔬菜.番茄-燉	地瓜-烤	花椰菜.木耳.蒜-炒		高麗菜.菇.蔬菜						
29	一	白飯	泰式打拋豬	爆炒高麗	蜜汁魚塊X2	有機 蔬菜	青木瓜雞湯		5.4	2.6	2.1	2.6	743
		白米	豬肉.蔬菜.九層塔-炒	高麗菜.乾蘿蔔.蝦皮-炒	魚塊-燒		青木瓜.雞肉.枸杞						
30	二	芝麻有機飯	蘿蔔炆雞	家常滷肉	芋香白菜	有機 蔬菜	味噌蛋花湯	水果 (低)	5.5	2.6	2	2.5	803
		有機白米.黑芝麻	雞肉.蘿蔔.菇-煮	豬肉.豆干.海帶-滷	大白菜.芋頭.蔬菜-煮		雞蛋.海帶芽.味噌.柴魚						

本店使用  
臺灣豬

主菜種類(次/日)		主菜食材特性分析(次/日)		副菜食材分析(次/日)		其他分析(次/日)	
				加互食品			
豆類及其製品 1次	魚肉及海鮮 2次	生鮮食材	調理 食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯
豬肉 8次	雞肉 9次	20次	0次	0次	0次	2次	2次