



新北食品 113年10月菜單

New Taipei

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基改食材並符合三章一〇規範，敬請安心食用。

電話：(02)29815180 傳真：(02)29806364 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).郭馥嘉(營養字第011610).余珮秦(營養字第008066).許正羚(營養字第011822).陳奕亘(營養字第012095).陳威銘(營養字第012097)已投保明台產物1億產品責任險。

仁愛國小(市)



新北食品股份有限公司

官方客服

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	水果	熱量
1	二	有機白飯 有機白米-蒸	蔥燒豬肉 豬肉.蘿蔔.蔥-煮	糖醋甜條 甜不辣.蔬菜-炒	鮮蔬冬瓜 冬瓜.蔬菜-炒	有機 蔬菜	味噌湯 豆腐.海帶芽.味噌.柴魚		5.4	2.3	2.2	2.4		714
3	四	白飯 白米-蒸	香草燉豬 豬肉.番茄.蔬菜-燉	玉米炒蛋 雞蛋.玉米.毛豆-炒	芹香海根 海帶根.彩椒.芹菜-煮	有機 蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯.蔬菜.雞蛋.奶粉		5.7	2.4	2.2	2.4		742
4	五	地瓜飯 白米.地瓜-蒸	★鹹酥雞X4 雞肉.長豆-炸	咖哩肉醬 馬鈴薯.蔬菜.豬肉-煮	白菜滷 大白菜.紅蘿蔔.菇-煮	標章 蔬菜	義式田園湯 番茄.蔬菜		5.7	2.5	2.1	2.5		752
7	一	白飯 白米-蒸	岩燒豬排X1 豬排-燒	開陽高麗 高麗菜.蔬菜.蝦皮-炒	地瓜薯條X4 地瓜-烤	有機 蔬菜	紫菜蛋花湯 海帶芽.雞蛋	水果 (中.高)	5.7	2.3	2	2.5	1	794
8	二	雜糧有機飯 有機白米.雜糧米-蒸	芝麻和風燒雞 雞肉.蔬菜.白芝麻.味噌-燒	總匯干丁 玉米.豆干.紅蘿蔔-炒	木須長豆 長豆.有機黑木耳-炒	有機 蔬菜	~甜~ 綠豆湯 綠豆.薏仁	水果 (低)	5.7	2.3	2.1	2.4	1	792

~~雙十國慶假期~~

11	五	白飯 白米-蒸	南洋咖哩豬 豬肉.馬鈴薯.蔬菜.椰漿-煮	茶碗蒸 雞蛋.玉米-蒸	清炒扁蒲 扁蒲.紅蘿蔔.菇-炒	標章 蔬菜	針菇什錦湯 蔬菜.金針菇		5.7	2.5	2.1	2.4		747	
14	一	白醬鮮蝦 義大利麵 麵.蔬菜.蝦仁.奶粉-煮	義式烤雞翅X1 三節雞翅-烤	蒜香甘藍 高麗菜.蔬菜.蒜-炒	客家小炒 豆干.豬肉.魷魚.芹菜-炒	有機 蔬菜	味噌蘿蔔湯 蘿蔔.味噌.柴魚		5.4	2.4	2.2	2.3		717	
15	二	有機白飯 有機白米-蒸	★椒鹽骰子豬X4 豬肉.長豆-炸	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋.紅蘿蔔-炒	芝香海帶結 海帶結.白芝麻-滷	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米.蔬菜.雞蛋.奶粉		5.5	2.5	2.1	2.5		738	
17	四	白飯 白米-蒸	蒸 蛋 雞蛋-蒸	佃煮蘿蔔 蘿蔔.蔬菜-煮	姑姑豆腐煲 油豆腐.蔬菜.菇-煮	有機 蔬菜	~甜~ 芋香西米露 芋頭.西谷米.奶粉		5.7	2.3	2.2	2.4		735	
蔬食日	18	五	蕎麥飯 白米.蕎麥-蒸	雞肉親子丼 雞肉.雞蛋.蔬菜-燴	蜜香燒豆干 豆干.地瓜-燒	標章 蔬菜	雙色花椰 花椰菜.蔬菜-炒	金針排骨湯 金針花.菇.豬肉		5.4	2.4	2.1	2.3		714
	21	一	白飯 白米-蒸	泰式打拋豬 豬肉.番茄.蔬菜.九層塔-炒	★酥炸魚塊X2 魚塊-炸	有機 蔬菜	針菇扁蒲 扁蒲.蔬菜.金針菇-炒	昆布嫩雞湯 海帶芽.雞肉		5.4	2.5	2.1	2.4		726
22	二	薏仁有機飯 有機白米.小薏仁-蒸	奶香咖哩雞 雞肉.馬鈴薯.蔬菜.奶粉-煮	黑輪棒X1 黑輪-烤	清甜白菜 大白菜.蔬菜-煮	有機 蔬菜	豆薯味噌湯 豆薯.柴魚.味噌		5.7	2.4	2.1	2.4		740	
24	四	糙米飯 白米.糙米-蒸	迷迭香 烤雞排X1 雞排-烤	洋芋炒蛋 雞蛋.馬鈴薯.毛豆-炒	雜菜粉絲 蔬菜.冬粉-炒	有機 蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜.薑		5.7	2.4	2	2.4		737	
25	五	白飯 白米-蒸	黑胡椒豬柳 豬肉.蔬菜-炒	大溪豆干 黑豆干.蘿蔔-煮	蒜香花椰 花椰菜.蒜-炒	標章 蔬菜	薏仁排骨湯 薏仁.馬鈴薯.豬肉		5.5	2.4	2	2.3		719	
28	一	芝麻飯 白米.黑芝麻-蒸	杏片燒雞X4 雞肉.杏片-燒	炒高麗菜 高麗菜.蔬菜-炒	酢醬肉燥 豆干.豬肉.蔬菜.毛豆-煮	有機 蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽.洋蔥.味噌.柴魚		5.4	2.5	2.1	2.5		731	
29	二	有機白飯 有機白米-蒸	照燒魚丁 生鮮魚丁.馬鈴薯.蔬菜-煮	BBO 醬 翅小腿X1 翅小腿-烤	韓式黃芽 黃豆芽.蔬菜-拌	有機 蔬菜	豆腐蛋花湯 豆腐.雞蛋		5.7	2.4	2	2.4		737	
31	四	白飯 白米-蒸	嫩汁豬排X1 豬排-燒	奶香玉米雞茸 玉米.雞肉.馬鈴薯.奶粉-煮	香菇四季 長豆.菇-炒	有機 蔬菜	大滷湯 蔬菜.雞蛋		5.7	2.5	2	2.4		745	

→本菜單內容含有堅果、芝麻、含麩質穀類、大豆等食材，有過敏者，敬請小心食用！

◎過敏原包含：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

*若因氣候颱風因素，菜單中蔬菜類有些微調整，請見諒！



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 1次	魚肉及海鮮 0次	生鮮食材	調理 食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯
豬肉 9次	雞肉 7次	17次	0次	2次	0次	3次	2次