



本公司採用之生鮮食材皆為國產、非轉基因食品及非基因改造食材並符合三章一規範，敬請安心食用。  
電話：(02) 29851830 傳真：(02) 29806364 地址：新北市三重區國道路一段50號。已投報明台產物1產品責任險。

營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、余珮瑜(營養字第008066)、陳奕豆(營養字第012045)、陳敏銘(營養字第012057)、張盈茹(營養字第012362)、張瑜欣(營養字第011998)

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	金錢 總額	豆 蛋白	蔬 菜	油 脂	水 果	熱 量	
2	五	白飯 白米-蒸	香草燉肉 雞肉、馬鈴薯、蔬菜、奶油-燉	茄汁天婦羅X1 甜不辣、蔬菜-煮	黑椒豆芽 豆芽菜、蔬菜-炒	產履蔬菜 (深綠)	白玉排骨湯 白蘿蔔、豬肉	5.6	2.3	2	2.4		723	
5	一	八寶飯 白米、雜糧米-蒸	★杏片蜜汁雞 雞肉、杏仁片-炸	玉米炒蛋 雞蛋、玉米、黑芝麻-炒	三杯粉絲 蔬菜、冬粉、木耳-炒	有機 福山高麗	鮮筍湯 筍片、菇、雞肉、鈎蛋	5.7	2.4	1.9	2.5		739	
6	二	海苔肉絲炒飯 有機白米、蔬菜、豬肉、菇、海苔絲	照燒豬排X1 豬排-燒	烤翅小腿X1 翅小腿-烤	開陽高麗 高麗菜、木耳、蝦皮-炒	有機 小白菜	海苔蛋花湯 海帶芽、雞蛋	水果 (低)	5.5	2.4	2	2.4		723
8	四	白飯 白米-蒸	南洋叻沙豬 豬肉、馬鈴薯、蔬菜、椰漿、蝦醬-煮	毛豆蒸蛋 雞蛋、毛豆-蒸	鐵板豆段 豆段、豆芽、木耳-炒	有機 山茼蒿	豆腐味噌湯 豆腐、味噌、柴魚	水果 (高)	5.7	2.3	1.9	2.5		732
9	五	糙米飯 白米、糙米-蒸	墨西哥燒肉 雞肉、蔬菜、玉米-燉	香燒嫩腐 油豆腐、蘿蔔、菇-燒	葱爆鮮筍 竹筍、蔬菜、葱-炒	產履蔬菜 (深綠)	結頭菇菇湯 結頭菜、菇	5.5	2.3	2.1	2.4			718
12	一	白飯 白米-蒸	蒲燒鰯魚X1 蒲燒鰯魚-蒸	塔香爆炒雞 雞肉、蔬菜、菇、九層塔-炒	木耳花燴 花燴菜、木耳-炒	有機 荷葉白菜	芹菜蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜	5.4	2.4	2	2.3			712
13	二	小米有機飯 有機白米、小米-蒸	★BBQ醬燒豬肉 豬肉、豆段-炸	蘑菇炒蛋 雞蛋、有機杏鮑菇、毛豆-炒	脆炒青菜 深綠色蔬菜、玉米-炒	有機 高麗菜	巧達濃湯 馬鈴薯、蔬菜、雞蛋、奶油	5.7	2.5	1.9	2.6	1		811
15	四	【焗烤】義式 白醬筆管麵 麵、蔬菜、奶油、起司絲-焗	堅果四分干 四分干、鮮羅蔔、苦瓜子、南瓜子-焗	滷蛋X1 雞蛋、花燴菜-滷	脆口雙芽 蕷豆芽、海帶芽-炒	有機菠菜	綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁	5.5	2.5	1.9	2.5	1		769
16	五	白飯 白米-蒸	青醬燉肉 雞肉、蔬菜、馬鈴薯、奶油-燉	海鮓滷味 黑干、蘿蔔、海帶鮓-滷	熱炒白藍 高麗菜、菇、枸杞-炒	產履蔬菜 (深綠)	玉米蛋花湯 玉米、蔬菜、雞蛋	5.7	2.5	2.1	2.4			747
18	一	蕎麥飯 白米、蕎麥-蒸	嫩汁小雞腿X2 翅小腿-燉	咖哩肉醬 馬鈴薯、蔬菜、豬絞肉-煮	木耳銀芽 豆芽菜、蔬菜、木耳-蒸	有機A菜	昆布豆腐湯 海帶芽、豆腐	5.7	2.3	1.9	2.6			736
20	二	蕎麥有機飯 有機白米、蕎麥-蒸	京醬肉柳 豬肉、蔬菜-炒	【焗烤】 起司蒸蛋 雞蛋、奶油、起司絲-焗	佃煮蘿蔔 蘿蔔、菇-煮	有機 青江菜	仙草奶凍 仙草、麥片、奶粉	5.5	2.4	2	2.3			719
22	四	海苔香鬆飯 白米、海苔香鬆-蒸	★椒鹽魚丁 生鮮水煮魚丁(補助)、九層塔-炸	洋芋肉醬 豬肉、馬鈴薯、蔬菜-燉	彩蔬花燴 花燴菜、木耳-炒	有機 黑葉白菜	元氣蕎雞湯 蔬菜、雞肉、蕎麥	5.7	2.4	2	2.6			746
23	五	藜麥飯 白米、藜麥-蒸	鹹水雞 雞肉、豆乾、蔬菜-煮	客家小炒 豆干、豬肉、魷魚翅、芹菜-炒	魷片高麗 高麗菜、魷羅蔔-炒	產履蔬菜 (深綠)	番茄蛋花湯 番茄、蔬菜、雞蛋	5.5	2.3	2.1	2.4			718

~~~寒假愉快!!!~~~

|      |   |                     |                       |                        |                         |      |                      |     |     |     |     |  |  |     |
|------|---|---------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|------|----------------------|-----|-----|-----|-----|--|--|-----|
| 2/23 | 一 | 白飯<br>白米-蒸          | ★糖醋雞丁<br>雞肉、蔬菜、鳳梨-炸   | 酢醬肉燥<br>豆干丁、豬絞肉、蔬菜、菇-煮 | 清炒筍片<br>竹筍、木耳-炒         | 有機青菜 | 海苔味噌湯<br>海帶芽、菇、味噌、柴魚 | 5.4 | 2.3 | 2   | 2.5 |  |  | 713 |
| 24   | 二 | 芝麻有機飯<br>有機白米、黑芝麻-蒸 | 泰式打拋豬<br>豬絞肉、蔬菜、九層塔-炒 | 茶香滷蛋X1<br>雞蛋、海帶結-滷     | 鮮蔬高麗<br>高麗菜、蔬菜-炒        | 有機青菜 | 玉米濃湯<br>玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉  | 5.7 | 2.5 | 1.9 | 2.5 |  |  | 747 |
| 26   | 四 | 玉米飯<br>白米、玉米-蒸      | BBQ豬排X1<br>豬排-燒       | 番茄炒蛋<br>雞蛋、番茄、豆腐-炒     | 咖哩粉絲燙<br>蔬菜、冬粉、豬絞肉、木耳-炒 | 有機青菜 | 結頭嫩雞湯<br>結頭菜、雞肉、枸杞   | 5.7 | 2.5 | 2   | 2.5 |  |  | 746 |

228連假~~~

→本菜單內容含有堅果、芝麻、含糖量標示、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. 豆 6. 坚果 7. 芝麻 8. 含糖量之標示 9. 大豆 10. 雞蛋 11. 西硝酸鹽等製品及其相關製品

\*若因氣候、齡層因素、藥物中蔬菜類有抗敏反應，敬請免購！



| 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) |    |    |
|-----------|---------------|-------------|----|-----------|----|----|
|           |               | 加五食品        |    |           |    |    |
| 豆類及其製品    | 雞肉及海鮮         | 生鮮食材        |    | 魚肉        | 其他 | 油炸 |
| 1次        | 2次            | 20次         |    |           |    | 甜湯 |
| 豬肉        | 雞肉            | 調理食品        | 1次 | 0次        | 4次 | 2次 |
| 6次        | 11次           | 0次          |    |           |    |    |