



*本公司菜單開立皆符合三零一0主等食材規範全面使用非基因改造食材，敬請安心食用
地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、王淑芬(營養字第009810號)、陳守真(營養字第010195) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物保險產品責任險

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	水果	全蛋	豆類	肉類	油脂	水果	水果	肉類	肉類	肉類	肉類	肉類	肉類	
26	三	地瓜飯	白醬燉雞 雞肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔, ◎奶粉-嫩	鮑菇滑蛋 杏鮑菇, 洋蔥, ◎雞蛋-炒	田園花椰 花椰菜-炒	標章蔬菜	海芽玉米湯 玉米, 海帶芽, 湯排	水果	6.4	2.5	2.2	2.5	1	863	275	760				
27	四	白飯	家常滷肉 豬肉, 冬瓜, 麵輪-油	海山醬關東煮 蘿蔔, 海帶結, 黑輪-煮	芋香甘藍 高麗菜, 蒜, 芋頭-炒	標章蔬菜	古早味麵線 麵線, 蒜, 紅蘿蔔, 木耳, ◎柴魚片		6.2	2.6	2.3	2.5		799	250	775				
28	五	麥片飯	三杯雞 雞肉, 米血糕, 九層塔-炒	麻婆豆腐 ◎飯豆腐, 絞肉-煮	海帶三絲 海帶絲, 金針菇, 鮮菇-炒	標章蔬菜	竹筍湯 竹筍	水果	6.1	2.5	2.2	2.6	1	847	265	765				
31	一	白飯	香酥炸雞 雞肉-炸	麻婆豆腐 ◎豆腐, 絞肉, 木耳-煮	鮮炒高麗 高麗菜, 鮮菇-炒	標章蔬菜	芹香蘿蔔湯 蘿蔔, 芹菜	乳品	6.3	2.6	2	2.9		817	300	780				
9/1	二	胚芽飯	叉燒肉條 豬肉條-烤(4個)	田園玉米雞 玉米, 雞肉, 鮮菇-炒	韭香豆芽 豆芽菜, 韭菜-炒	標章蔬菜	味噌豚骨湯 ◎小油丁, 豬肉, ◎柴魚片, ◎味噌		6.5	2.8	2	2.6		832	265	775				
2	三	有機白飯	新疆大盤雞 雞肉, 鮮菇-炒	滷味拼盤 蘿蔔, ◎豆干, ◎白芝麻-油	菇菇冬瓜 冬瓜, 紅蘿蔔, 鮮菇-煮	有機蔬菜	珍珠奶茶 粉圓, 紅茶, ◎奶粉	水果	6.2	2.6	2	2.5	1	852	270	765				
3	四	小米飯	瓜仔肉 豬肉, 洋蔥, 鮮菇, 瓜仔-煮	麥克雞塊 雞塊(2個)-烤	鮑菇白菜 大白菜, 杏鮑菇-煮	標章蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽, ◎雞蛋		6.3	2.5	2.1	2.6		798	255	780				
4	五	沙茶肉絲炒飯	蜜汁雞排 雞排-烤	南瓜炒蛋 馬鈴薯, 南瓜, ◎雞蛋-炒	芝麻海根 海帶根, 紅蘿蔔, ◎白芝麻-炒	標章蔬菜	鮮筍湯 筍, 豬肉	水果	6.5	2.7	2.1	2.5	1	883	250	745				
7	一	燕麥飯	佛蒙特咖哩雞 雞肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔-煮	海苔花枝丸 ◎花枝丸, 海苔粉-烤(2個)	玉筍甘藍 高麗菜, 玉米筍-炒	標章蔬菜	青木瓜排骨湯 青木瓜, 豬肉	乳品	6.6	2.5	2.2	2.4		813	375	775				
8	二	白飯	醍醐滷肉 豬肉, 蘿蔔, 筍干, 福菜-油	彩繪雞丁 洋蔥, 雞肉, 鮮菇, 毛豆-炒	白菜滷 大白菜, 木耳, 膨皮, ◎蝦皮-油	標章蔬菜	番茄蛋花湯 番茄, ◎雞蛋		6.2	2.8	2.1	2.6		814	245	765				
9	三	芝麻飯	有機白米, 芝麻-蒸	義式嫩烤雞排 雞排-烤	關東煮 蘿蔔, ◎油豆腐, 海帶結-煮	有機蔬菜	玉米濃湯 馬鈴薯, 蘿蔔, 玉米, ◎雞蛋, ◎奶粉	水果	6.4	2.6	2.1	2.5	1	868	270	775				
10	四	田園義大利麵	歐風蘑菇燉肉 豬肉, 南瓜, 馬鈴薯, 蘑菇-嫩	柳葉魚 柳葉魚-炸(1個)	脆炒黃瓜 大黃瓜, 鮮菇-炒	標章蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆, 薏仁		6.5	2.5	2	2.9		823	265	770				
11	五	全穀飯	糖醋雞球 雞肉, 鮮菇, 鳳梨-燒	客家小炒 ◎豆乾, 芹菜, 豬肉, ◎魷魚翅-炒	家常冬粉 豆芽菜, 冬粉, 木耳, ◎蝦皮-炒	標章蔬菜	肉骨茶湯 高麗菜, 鮮菇, 豬肉	水果	6.6	2.7	2.1	2.7	1	899	270	760				
14	一	白飯	沙茶炒肉片 豬肉, 洋蔥-炒	魚香豆腐 ◎豆腐, 絞肉, 鮮菇-煮	鮮菇津白 大白菜, 紅蘿蔔, 鮮菇-炒	標章蔬菜	玉米蛋花湯 玉米, ◎雞蛋	乳品	6.3	2.4	2	2.7		793	395	775				
15	二	薏仁飯	甜粟燜雞 雞肉, 栗子-燒	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔, ◎雞蛋-炒	塔香海茸 海茸, 九層塔, 鮮菇-炒	標章蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜, 豬肉, 薑		6.3	2.7	2.1	2.6		813	265	775				
16	三	鯉即香鬆	有機白米, 鹽酥香鬆-蒸	海苔豬排 豬排-燒	奶汁雞肉丸 馬鈴薯, 洋蔥, 雞肉丸(1個), 鮮菇, ◎奶粉-煮	有機蔬菜	芋香西米露 西谷米, 芋頭, ◎奶粉	水果	6.4	2.5	2.2	2.5	1	863	275	760				
17	四	五穀飯	壽喜燒嫩雞 雞肉, 鮮菇-燒	下飯肉燥 洋蔥, 豆干, 絞肉-煮	開陽蒲瓜 蒲瓜, 紅蘿蔔, ◎蝦皮-炒	標章蔬菜	小魚味噌湯 海帶芽, ◎小魚乾, ◎味噌, ◎柴魚片		6.4	2.6	2.2	2.6		815	250	775				
18	五	白飯	打拋肉片 豬肉, 番茄-炒	黃金薯瓣 薯瓣-烤(3個)	鐵板銀芽 豆芽菜, 木耳, 韭菜-炒	標章蔬菜	大滷清湯 筍, 鮮菇, 紅蘿蔔, ◎雞蛋	水果	6.3	2.5	2.1	2.6	1	858	265	765				
21	一	紫米飯	鹹酥雞 雞肉, 九層塔-炸	筍香燒肉 筍, 豬肉, 鮮菇-油	什錦粉絲 大白菜, 冬粉, 香菇, 韭菜-炒	標章蔬菜	柴香油腐湯 ◎油豆腐, 蘿蔔, 玉米, ◎柴魚片	乳品	6.6	2.5	2.1	2.9		833	375	770				
22	二	白飯	南洋咖哩豬 豬肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔-煮	丁香炒雞 ◎豆干, 雞肉, 洋蔥, ◎小魚乾-炒	鮮菇長豆 長豆, 鮮菇, ◎白芝麻-炒	標章蔬菜	海芽菇湯 海帶芽, 金針菇		6.6	2.6	2.1	2.7		831	265	775				
23	三	有機白飯	烤肉醬雞腿 雞腿-烤	迷迭番茄豬 洋蔥, 番茄, 豬肉, 青豆-煮	芋香高麗 高麗菜, 芋頭, 鮮菇-炒	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯, 蘑菇, ◎雞蛋, ◎奶粉	水果	6.5	2.5	2.2	2.5	1	870	275	760				
24	四	新北招牌油飯 【含白米50%】	蔥燒魚排 魚排-燒	滑嫩蒸蛋 ◎雞蛋-蒸	川耳黃瓜 大黃瓜, 木耳-煮	標章蔬菜	仙草蜜 仙草		6.3	2.5	2.1	2.6		798	250	765				
25	五	麥片飯	鳳梨酸甜雞 雞肉, 鳳梨-燒	燈籠滷味 ◎四分干, 蘿蔔, ◎黑輪-油	彩蔬花椰 花椰菜, 鮮菇-炒	標章蔬菜	金針排骨湯 金針花, 鮮菇, 豬肉	水果	6.2	2.6	2.1	2.7	1	863	265	775				
26	六	白飯	京醬豬柳 豬肉, 洋蔥-燒	黃金洋芋雞 南瓜, 雞肉, 馬鈴薯, 毛豆-炒	金菇三絲 海帶絲, 金針菇, 鮮菇-炒	標章蔬菜	米粉湯 米粉, 香菇, ◎豆包絲, 芋頭, ◎蝦米		6.6	2.5	2.2	2.5		817	275	760				
28	一	小米飯	孜然炒雞 雞肉, 鮮菇-炒	乾丁醃醬 ◎豆乾, 豆薯, 絞肉, 香菇-油	紅片甘藍 高麗菜, 紅蘿蔔, 鮮菇-炒	標章蔬菜	鮮瓜排骨湯 冬瓜, 豬肉	乳品	6.2	2.5	2.1	2.6		791	375	770				
29	二	白飯	和風燒肉 豬肉, ◎白芝麻-煮	椒鹽甜條 ◎甜不辣, 西芹, 紅蘿蔔-炒	蝦香白菜 大白菜, 鮮菇, ◎蝦皮-油	標章蔬菜	裙帶芙蓉湯 海帶芽, ◎雞蛋		6.3	2.6	2.1	2.7		810	265	775				
30	三	有機白飯	豆豉燉雞 雞肉, 紅蘿蔔-炒	玉米煨肉蓉 玉米, 絞肉, 馬鈴薯, 青豆-炒	韭香銀芽 豆芽菜, 韭菜, 鮮菇-炒	有機蔬菜	日式味噌湯 ◎豆腐, 洋蔥, ◎味噌, ◎柴魚片	水果	6.4	2.5	2.2	2.5	1	863	275	760				

→本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！
◎：過敏原標示，包含：1. 單級類 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. 亞硝酸鹽等食品及其相關食品

主菜種類		食材分析(單位: 次/月)				其他分析		
蛋製品	魚、海鮮	豬肉	雞肉	主菜食材特性 生鮮	副菜食材 魚肉類	加工食品 其他	油炸品	甜湯
0	1	11	15	27	0	7	3	4