



本公司使用之生鮮食材皆為國產、非轉基因食品及非基因改造食品並符合三章一Q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、含麩質之穀類、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：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、林芳婷(營養字第009677)、吳亭嫻(營養字第010830)、郭麗嘉(營養字第011610) 已投保明台產物1億產品責任險。

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附帳	全蛋 雞蛋	豆魚 肉類	蔬菜	油類	水果	熱量
16	五	白飯	糖醋雞丁 雞肉, 蔬菜, 彩椒-燒	酢醬肉燥 豆干, 豬肉, 蔬菜, 蒜-煮	鐵板銀芽 豆荳菜, 蔬菜-炒	有機蔬菜 虱目魚丸湯 魚丸, 蘿蔔, 芹菜	水果	6.1	2.5	2.1	3.1	1	867
17	六	小米飯	紅燒魚丁 生鮮魚丁, 蔬菜-煮	腰果雞粒什錦 玉米, 雞肉, 蔬菜, 腰果-炒	蛋酥白菜 大白菜, 雞蛋, 蒜, 蝦皮-煮	有機蔬菜 大滷湯 豆腐, 蔬菜, 筍		6.3	2.5	2	3		814
19	一	香菇肉燥油飯 【含白米50%】	BBQ烤翅腿X2 翅小腿-烤	地瓜燒豆干 豆干, 地瓜, 芝麻-滷	肉燥長豆 長豆, 豬肉, 蔬菜-炒	標準蔬菜 韓式海苔湯 洋芋, 海帶芽, 小魚干, 雞肉		6.5	2.5	2.1	3		830
20	二	薏仁飯	白醬奶香豬 豬肉, 洋芋, 蔬菜, 奶粉-煮	海苔魷魚丸X2 魷魚丸, 海苔粉-烤	蒜炒甘藍 高麗菜, 蒜-炒	標準蔬菜 蘿蔔排骨湯 蘿蔔, 豬肉		6.5	2.4	2	3.1		825
21	三	有機白飯	義式烤雞排X1 雞排-烤	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋, 紅蘿蔔, 蔬菜-炒	螞蟻上樹 蔬菜, 冬粉, 豬肉-炒	有機蔬菜 玉米濃湯 玉米, 蔬菜, 雞蛋, 奶粉	水果	6.5	2.5	2	3.1	1	892
22	四	糙米飯	泰式打拋豬 豬肉, 蔬菜, 番茄, 九層塔-炒	香雞堡排X1 香雞堡排-烤	家常扁蒲 扁蒲, 蔬菜, 蝦皮-炒	有機蔬菜 鮮菇蔬菜湯 蔬菜, 菇		6.1	2.4	2.1	3.1		799
23	五	白飯	沙茶雞丁 雞肉, 蔬菜, 彩椒-炒	麻婆嫩腐 豆腐, 蔬菜, 豬肉-煮	蒜香花椰 花椰菜, 蔬菜, 蒜-炒	有機蔬菜 元宵湯圓 魷豆, 湯圓	水果	6.1	2.5	2	3	1	860
26	一	芝麻飯	梅干扣肉 豬肉, 蘿蔔, 筍干, 梅菜-滷	茶碗蒸 雞蛋-蒸	芋頭白菜 大白菜, 芋頭, 蒜, 蔬菜-煮	標準蔬菜 玉米蛋花湯 玉米, 雞蛋	產履豆漿	6.3	2.5	2.1	3.1		821
27	二	白飯	和風咖哩雞 雞肉, 洋芋, 蔬菜-煮	回鍋肉片 豆干, 豬肉, 蔬菜-炒	翠炒高麗 高麗菜, 蔬菜-炒	標準蔬菜 日式味噌湯 豆腐, 海帶芽, 味噌, 紫魚		6.3	2.5	2.1	3		816
~ ~ ~ 228和平紀念日放假 ~ ~ ~													
29	四	什錦肉燥炒飯	椒鹽豬排X1 豬排-燒	洋芋燻雞 洋芋, 雞肉, 蔬菜, 奶粉-燻	蘿蔔海海結 蘿蔔, 海帶結-滷	有機蔬菜 仙草奶凍 仙草, 紅茶, 奶粉		6.3	2.5	2	3		814



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 0次	魚肉及海鮮 1次	生鮮食材	調理食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯
豬肉 4次	雞肉 5次	10次	0次	0次	2次	0次	2次