



上將食品 110年9月 正義國小

◎地址：新北市新莊區幸福東路86號 ◎服務專線：(02)2996-9305 傳真：(02)2276-3774 ◎E-mail：kh7305@gmail.com

*菜單含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等，不適合其過敏體質者食用 *本全面使用非基改玉米及豆製品* ◎營養師：劉芸瑾(營養字第 009165 號)

★ 本公司所使用之生鮮豬肉及其製品來源全面使用國產豬肉 ★

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全蛋	全肉	蛋	肉	熱量	
9/1	三	白飯	蔥爆豬柳 豬肉、鮮菇、青蔥-炒	義式雞肉丸 X2 雞肉丸、番茄、洋蔥、玉米粒、義式香料-煮	脆炒高麗 高麗菜、紅蘿蔔、木耳-炒	筍片雞湯 筍片、木耳、雞肉		5.7	2.2	2.2	2.2	718
2	四	白飯	咖哩雞 雞肉、洋芋、紅蘿蔔-煮	照燒肉片 豬肉片、洋蔥、毛豆、芝麻-燒	菇燒扁蒲 扁蒲、鮮菇、蘿蔔-燒	玉米濃湯 玉米、雞蛋、紅蘿蔔	水果	5.6	2.3	2.2	2.2	719
3	五	奶香義大利麵	糖醋醬豬排 X1 豬排、彩椒-燒	炸薯餅 X2 薯餅-炸	木耳長豆 長豆、木耳、蒜酥-煮	洋芋雞湯 洋芋、雞肉、枸杞		5.6	2.4	2.2	2.3	731
6	一	芝麻飯	三杯雞 雞肉、鮑菇、九層塔-煮	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	鍋燒白菜 白菜、豆皮、木耳、紅蘿蔔-燒	羅宋湯 番茄、高麗菜、西芹、絞肉	鮮奶	5.5	2.4	2.3	2.3	728
7	二	肉鬆拌飯 【附肉鬆盒】	五香燉肉 豬肉、蘿蔔-燉	白醬起司球 X2 起司球、洋芋、玉米粒-煮	清炒鮮筍 鮮筍、紅蘿蔔、青蔥-炒	小魚味噌湯 豆腐、洋蔥、小魚	水果	5.7	2.2	2.1	2.3	720
8	三	紫米飯	豆乳雞丁 雞肉、洋蔥、青蔥-煮	冬瓜燜肉 豬肉、冬瓜、枸杞-煮	芹香豆芽 豆芽、芹菜、蘿蔔、木耳-炒	海芽豆腐湯 豆腐、海芽、薑絲		5.5	2.4	2	2.3	719
9	四	夏威夷鳳梨炒飯	酸甜泡菜豬 豬肉、自製泡菜、金針菇-煮	海苔章魚丸 X2 章魚丸、海苔-烤	彩蔬刈薯 豆薯、小黃瓜、紅蘿蔔、木耳-炒	鳳梨雞湯 雞肉、鳳梨、蔬菜	水果	5.7	2.4	2	2.3	738
10	五	紅藜飯	炸雞翅 X1 雞翅-炸	南瓜歐姆蛋 雞蛋、南瓜、毛豆-煮	柴香蘿蔔 蘿蔔、海帶結、鮮菇-煮	鮮瓜排骨湯 鮮瓜、排骨、紅蘿蔔		5.6	2.2	2.1	2.4	718
11	六	白飯	味噌豬排 X1 豬排-燒	香蒜鮮菇雞 雞肉、鮮菇、紅椒、蒜-煮	蔬燒寬粉 寬粉、高麗菜、絞肉、蘿蔔-炒	酸辣湯 豆腐、竹筍、雞蛋、蘿蔔		5.8	2.3	2	2.3	732
13	一	薏仁飯	蒲燒鯛 X1 蒲燒鯛、豆腐-蒸	滷蛋 X1 雞蛋、麵筋、香菇-滷	什錦絲瓜 絲瓜、麵筋、木耳、枸杞-燒	仙草雞湯 雞肉、蘿蔔、紅棗、仙草汁	水果	5.7	2.3	2.2	2.2	728
14	二	紅扁豆飯	柚香雞肉 雞肉、小黃瓜-燒	古早味西魯肉 大白菜、豬肉、雞蛋、鮮菇、木耳-煮	小魚豆干 豆干、小魚、紅蘿蔔、青蔥-炒	洋芋濃湯 洋芋、雞蛋、紅蘿蔔、鮑菇	優酪乳	5.6	2.4	2.1	2.3	728
15	三	蕎麥飯	壽喜燒豬 豬肉、洋蔥、金針菇-燒	杏片地瓜雞 雞肉、地瓜、杏仁片-煮	豆薯長豆 長豆、豆薯、蘿蔔-炒	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋、青蔥		5.5	2.4	2	2.4	723
16	四	焗烤茄汁義大利麵	炸雞排 X1 雞排-炸	塔香花枝揚 花枝揚、芹-炒	蝦皮高麗 高麗菜、紅蘿蔔、蝦皮-炒	枸杞冬瓜湯 冬瓜、排骨、枸杞	水果	5.5	2.3	2.2	2.3	716
17	五	糙米飯	宮保豬肉 豬肉、鮮菇、花生-煮	安東燉雞 雞肉、冬粉、洋芋、紅蘿蔔-燉	鹹蛋炒筍 竹筍、鹹蛋、蘿蔔、青蔥-炒	榨菜肉絲湯 肉絲、榨菜、金針菇		5.7	2.3	2.1	2.4	732

~ ~ ~ 中 秋 節 連 假 快 樂 ~ ~ ~

22	三	白飯	烤醬燒豬 豬肉、蘿蔔、洋蔥-煮	粉紅醬關東煮 蘿蔔、油豆腐、海結-煮	鐵板豆芽 豆芽菜、韭菜、蘿蔔-炒	沙茶赤肉羹 豬肉絲、白菜、雞蛋、蘿蔔、木耳		5.7	2.3	2	2.3	725
23	四	香鬆蓋飯 【附香鬆包】	雞腿肉捲 X1 雞腿肉捲-烤	玉米炒蛋 雞蛋、玉米粒、紅蘿蔔、青豆-炒	高麗粉絲 冬粉、高麗菜、木耳、蘿蔔-炒	味噌豆腐湯 豆腐、海芽	水果	5.8	2.2	1.9	2.4	727
24	五	藜麥飯	客家福菜豬 豬肉、福菜、筍茸-煮	餡餅 X2 餡餅-烤	炒花椰菜 花椰菜、鮮菇-炒	金針排骨湯 金針花、金針菇、排骨		5.5	2.3	2.2	2.3	716
27	一	五穀飯	烤雞腿 X1 雞腿-烤	海山醬福州丸 X1 福州丸、玉米粒-煮	塔香筍菇 竹筍、鮑菇、蘿蔔、九層塔-炒	紫菜蛋花湯 紫菜、雞蛋、豆腐	保久乳	5.6	2.3	2.1	2.3	721
28	二	日式炒烏龍	豬肉條 X4 豬肉-烤	炸可樂餅 X2 可樂餅-炸	海帶三絲 海帶、干絲、芹菜、紅蘿蔔-炒	香菇雞湯 雞肉、香菇、筍	水果	5.7	2.3	2.2	2.2	728
29	三	燕麥飯	紅麴燒雞 雞肉、芹、蘿蔔-煮	果香咕咾肉 豬肉、鳳梨、彩椒-燒	開陽鮮瓜 鮮瓜、鮮菇、蘿蔔、蝦米-煮	玉米肉蓉湯 鮮菇、豬絞肉、玉米粒、雞蛋		5.7	2.2	1.9	2.4	720
30	四	白飯	蠔汁豬排 X1 豬排-燒	莎莎醬 鴿蛋 鴿蛋、番茄、洋蔥、玉米粒-煮	芋香白菜滷 白菜、鮮菇、芋頭、蘿蔔-滷	冬菜粉絲湯 冬菜、冬粉、豬肉絲、薑絲	水果	5.7	2.3	2.2	2.2	728