



上將食品 110年12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)2276-3714 ◎E-mail：kh9305@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	全數	雞肉	蔬菜	油	熱量	
2	四	白飯	鮮菇豆包 <small>豆包、鮮菇、蔥-燒</small>	焗烤 洋芋 歐姆蛋 <small>雞蛋、洋芋、青豆-炒</small>	白菜滷 <small>大白菜、蔬菜、豆皮-煮</small>	羅宋湯 <small>番茄、洋蔥、鮮菇、芹</small>	水果	5.7	2.2	2.1	2.5	729
3	五	沙茶肉絲炒麵	味噌豬排 X1 <small>豬排-燒</small>	炸薯餅 X2 <small>薯餅 X2-炸</small>	花生海結 <small>蘿蔔、海帶結、花生、條豆-煮</small>	玉米蛋花湯 <small>玉米、雞蛋、青蔥</small>		5.5	2.2	2.2	2.3	709
6	一	~~~~ 校慶補假一天 ~~~~										
7	二	茄汁海鮮義大利麵	迷迭香肉排 X1 <small>肉排-燒</small>	炸雞柳條 X2 <small>雞柳條 X2-炸</small>	蝦香結菜 <small>結頭菜、蘿蔔、鮮菇、蝦皮-炒</small>	玉米濃湯 <small>玉米、洋芋、蘿蔔、雞蛋</small>	水果	5.8	2.3	2.1	2.3	735
9	四	胚芽飯	糖醋豬肉 <small>豬肉、鳳梨、洋蔥-燒</small>	雞茸凍腐 <small>凍豆腐、雞絞肉、木耳、毛豆-煮</small>	花椰彩蔬 <small>花椰菜、蔬菜-煮</small>	鮮瓜雞湯 <small>鮮瓜、雞肉、薑</small>	水果	5.5	2.3	2.1	2.4	718
10	五	白飯	醬滷雞翅 X1 <small>雞翅-滷</small>	蠔香菇肉片 <small>肉片、鮮菇、木耳、蔥-煮</small>	炒高麗菜 <small>高麗菜、蘿蔔-炒</small>	豆腐味噌湯 <small>豆腐、小魚乾、青蔥</small>		5.6	2.2	2.3	2.3	718
13	一	麻香花生肉絲油飯	韓式泡菜豬 <small>豬肉、自製泡菜(不辣)、金針菇-煮</small>	酥烤小餡餅 X2 <small>豬肉餡餅 X2-烤</small>	塔香海根 <small>海根、蘿蔔、九層塔-炒</small>	鳳梨雞湯 <small>鳳梨、隨鳳梨、結頭菜、雞肉</small>	水果	5.5	2.3	2.2	2.5	725
14	二	白飯	咖哩南瓜雞 <small>雞肉、南瓜、洋蔥-煮</small>	堅果粟米肉茸 <small>玉米、鮮菇、豬絞肉、蔬菜、葵瓜子-炒</small>	醬炒寬粉 <small>高麗菜、寬粉、蔬菜-炒</small>	芹珠蘿蔔湯 <small>蘿蔔、肉絲、芹</small>	鮮奶	5.9	2.2	1.9	2.4	734
16	四	香鬆蓋飯【附香鬆包】	炸雞排 X1 <small>雞排-炸</small>	香菇肉燥貢丸 <small>小貢丸、絞肉、香菇-煮</small>	珍菇鮮瓜 <small>鮮瓜、秀珍菇、木耳-煮</small>	大滷湯 <small>豆腐、竹筍、肉絲、鮮菇、雞蛋</small>	水果	5.5	2.3	2.2	2.2	712
17	五	薏仁飯	西式燉肉 <small>豬肉、番茄、蘿蔔-煮</small>	茶香滷蛋 X1 <small>雞蛋、鮮菇、紅茶包-滷</small>	蒜酥條豆 <small>條豆、蒜酥、蔬菜-炒</small>	糯米雞湯 <small>洋芋、糯米、雞肉、枸杞</small>		5.7	2.2	2.2	2.3	723
20	一	焗烤奶香白醬螺旋麵	炸雞腿 X1 <small>雞腿-炸</small>	薯瓣 X4 <small>洋芋瓣 X4、椒鹽-烤</small>	柴魚蘿蔔 <small>雙色蘿蔔、海帶結、青豆-煮</small>	鮮菇冬瓜湯 <small>冬瓜、湯排、鮮菇、薑絲</small>	優酪乳	5.5	2.4	2.1	2.3	721
21	二	紅藜飯	客家肉爛筍 <small>豬肉、筍、福菜-煮</small>	玉米炒蛋 <small>雞蛋、玉米、蘿蔔、蔥花-炒</small>	雲耳高麗 <small>高麗菜、木耳、蘿蔔-炒</small>	冬至湯圓 <small>湯圓、豬絞肉、鮮菇、白菜、芹</small>	水果	5.7	2.2	2.2	2.5	732
23	四	地瓜飯	醬烤里肌肉排 X1 <small>豬排-烤</small>	卡菲醬起司燒 <small>洋芋、起司球、毛豆-燒</small>	芽菜彩燴 <small>豆芽菜、蘿蔔、木耳、芹-炒</small>	關東煮湯 <small>海結、玉米、油片、蘿蔔</small>	水果	5.6	2.2	2.1	2.2	709
24	五	白飯	三杯雞 <small>雞肉、鮑菇、薑片、九層塔-燒</small>	普羅旺斯百頁 <small>百頁豆腐、彩椒、玉米、香茅粉-燒</small>	菇燒蕪菁 <small>結頭菜、鮮菇、木耳-燒</small>	薏仁排骨湯 <small>洋芋、薏仁、湯排</small>		5.6	2.3	2.2	2.3	723
27	一	白飯	咖哩豬 <small>豬肉、洋芋、蘿蔔-煮</small>	塔香肉羹 <small>肉羹、花椰菜、木耳、九層塔-炒</small>	香蒜海茸 <small>海茸、肉絲、蒜-炒</small>	筍片雞湯 <small>雞肉、竹筍、鮮菇</small>	水果	5.6	2.3	2.1	2.3	721
28	二	麥片飯	宮保雞肉 <small>雞肉、鮑菇、花生-煮</small>	蒸蛋 <small>雞蛋、蔬菜-蒸</small>	鮮味燒瓜 <small>鮮瓜、鮮菇、蘿蔔-煮</small>	海芽味噌湯 <small>豆腐、海芽</small>	豆奶	5.5	2.3	2.2	2.4	721
30	四	葷菇雞茸蛋炒飯	雞腿肉捲 X1 <small>雞腿肉捲-烤</small>	炸玉米布丁酥 X2 <small>玉米布丁酥 X2-炸</small>	螞蟻上樹 <small>高麗菜、粉絲、絞肉、蔬菜-炒</small>	刈菜排骨湯 <small>刈菜、鮮菇、湯排</small>	水果	5.8	2.3	2.2	2.3	737