



# 上將食品 111年1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：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：劉芸瑄(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	豆腐	雞肉	蔬菜	油	熱量
3	一	茄汁肉醬 義大利麵	烤雞排 X1 <small>雞排-烤</small>	炸 美式薯球 X6 <small>薯球-炸</small>	開陽鮮瓜 <small>鮮瓜、蘿蔔、蔬菜、蝦米-煮</small>	履歷蔬菜 洋芋排骨湯 <small>洋芋、蔥仁、湯排</small>	優酪乳	5.6	2.4	2.1	2.3	728	
4	二	燕麥飯	壽喜燒肉片 <small>豬肉片、洋蔥、蔬菜、芝麻-燒</small>	南瓜歐姆蛋 <small>雞蛋、南瓜、玉米、青豆-炒</small>	蔥燒結頭 <small>結頭菜、木耳、青蔥-燒</small>	有機蔬菜 玉米濃湯 <small>玉米、洋芋、蘿蔔、雞蛋</small>	水果	5.8	2.4	2.2	2.5	754	
5	三	胚芽飯	香蒜小瓜豬 <small>豬柳、小黃瓜、蔬菜-炒</small>	醬燒雞腿 X1 <small>雞腿-滷</small>	清炒高麗 <small>高麗菜、蔬菜-炒</small>	履歷蔬菜 薑絲海芽湯 <small>海芽、排骨、薑</small>		5.5	2.3	2.2	2.3	716	
6	四	紅藜香鬆飯 【附香鬆包】	蜜汁豆干 <small>四方豆干、蔬菜、芝麻-燒</small>	蒸蛋 <small>雞蛋、蔬菜-蒸</small>	韓式粉絲 <small>黃豆芽、冬粉、蔬菜-炒</small>	履歷蔬菜 味噌湯 <small>豆腐、蘿蔔</small>	水果	5.8	2.5	2.1	2.4	754	
7	五	白飯	泡菜雞丁 <small>雞肉、大白菜(自製泡菜)、金針菇-煮</small>	味噌福州丸 X1 <small>福州丸、玉米、蘿蔔-煮</small>	蒜香海茸 <small>海茸、蔬菜-炒</small>	履歷蔬菜 榨菜肉絲湯 <small>榨菜、鮮菇、肉絲</small>		5.6	2.4	2.3	2.4	738	
10	一	雜糧飯	咕咾肉 <small>豬肉、地瓜、彩椒-燒</small>	咖哩醬鴿蛋 <small>鴿蛋、洋芋、蘿蔔、洋蔥-煮</small>	蔬炒花椰 <small>花椰菜、木耳、枸杞-煮</small>	履歷蔬菜 酸辣湯 <small>豆腐、豬肉絲、雞蛋、蔬菜</small>	水果	5.7	2.3	2.3	2.3	733	
11	二	櫻花蝦 油飯	炸 棒棒腿 X2 <small>棒棒腿-炸</small>	塔香花枝揚 <small>花枝揚、芹、九層塔-炒</small>	針菇燒瓜 <small>鮮瓜、金針菇、蘿蔔-燒</small>	有機蔬菜 金針排骨湯 <small>金針花、筍片、排骨</small>	鮮奶	5.5	2.3	2.3	2.3	719	
12	三	紅扁豆飯	蔥燒豬柳 <small>豬肉柳、洋蔥、紅蘿蔔-燒</small>	燒賣 X2 <small>燒賣-蒸</small>	韭香如意 <small>豆芽菜、韭菜、蔬菜-炒</small>	履歷蔬菜 冬瓜鮮雞湯 <small>冬瓜、雞肉、蔬菜</small>		5.5	2.4	2.1	2.3	721	
13	四	糙米飯	醃醃雞翅 X1 <small>雞翅-滷</small>	奶香玉米肉茸 <small>玉米、洋芋、豬絞肉、蘿蔔-煮</small>	高麗鹹豬肉 <small>高麗菜、自製鹹豬肉、蔬菜-煮</small>	履歷蔬菜 羅宋湯 <small>番茄、洋蔥、蔬菜、湯排</small>	水果	5.7	2.3	2.2	2.4	736	
14	五	白飯	梅香扣肉 <small>豬肉、筍茸、福菜-煮</small>	起司年糕炒雞 <small>雞肉、年糕、洋蔥、蘿蔔、起司粉-炒</small>	鮮菇白菜 <small>大白菜、鮮菇、蔬菜-煮</small>	履歷蔬菜 紫菜蛋花湯 <small>紫菜、雞蛋、蔬菜</small>		5.7	2.3	2.3	2.4	737	
17	一	地瓜飯	醬爆雞丁 <small>雞肉、鮮菇、紅椒-煮</small>	海山醬關東煮 <small>蘿蔔、魚卵捲、黑輪、海帶結-煮</small>	田園高麗 <small>高麗菜、木耳、枸杞-炒</small>	履歷蔬菜 香菇赤肉羹 <small>大白菜、香菇、肉絲、木耳、雞蛋</small>		5.7	2.4	2.2	2.3	738	
18	二	白飯	卡菲醬豬肉 <small>豬肉、洋芋、蘿蔔、洋蔥-煮</small>	和風凍腐 <small>凍豆腐、小黃瓜、蔬菜-煮</small>	什錦三絲 <small>海帶絲、芹、干絲、蘿蔔-炒</small>	有機蔬菜 味噌蛋花湯 <small>海芽、雞蛋、蘿蔔</small>	水果	5.7	2.5	2.2	2.5	754	
19	三	麻醬 肉絲乾拌麵	炸雞排 X1 <small>雞排-炸</small>	烤醬甜不辣片 X2 <small>甜不辣片、玉米、毛豆-燒</small>	蝦香大頭菜 <small>結頭菜、蘿蔔、木耳、蝦皮-炒</small>	履歷蔬菜 刈菜排骨湯 <small>刈菜、湯排、鮮菇、薑絲</small>		5.6	2.4	2.1	2.3	728	