



106年11月菜單

全面使用
非基改食材



地址：新北市樹林區武林街16-1號 服務電話：02-86753071 HACCP優良廠商 營養師：陳昱瑄(營養字第8359號) 營養師：張欣潔(營養字第3094號) 產品責任證：明台0855第04PDT00081

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	副菜3	副菜3	湯品	附註	全穀類	豆類	魚類	蔬菜類	油脂類	糖類	熱量
1	三	香菇油飯	蜜汁雞腿	菜脯炒蛋	玉米四季	鮮肉鍋貼	蔬菜	青蛙下蛋		6.7	2.3	2.6	2.2	2.0	0	806
2	四	薏仁飯	炸香酥魚排	甜醬油燒雞	雙色花椰	日式蒸蛋	蔬菜	海芽湯	附餐	6.6	2.4	2.1	2.2	2.0	0	812
3	五	白飯	紅燒大排	魚卵卷*2	鵝蛋滷味	黑椒洋芋	蔬菜	紅豆芋圓		6.4	2.4	2.4	2.2	2.0	0	810
6	一	白飯	卡拉雞排	蕃茄肉醬	香燒針菇	翡翠燒賣	蔬菜	日式味噌湯	附餐	6.5	2.5	2.3	2.2	2.0	0	804
7	二	白飯	薄鹽鯖魚	五香滷蛋	咖哩豆腐	梅干扣肉	蔬菜	檸檬山粉圓		6.3	2.6	2.4	2.5	2.0	0	809
8	三	白飯	烤雞排	海苔花枝丸	脆炒鮮瓜	客家小炒	蔬菜	綠豆粉條		6.4	2.5	2.3	2.4	2.0	0	801
9	四	白飯	炸日式豬排	魚豆腐關東煮	碰皮白菜	紅仁炒蛋	蔬菜	玉米濃湯	附餐	6.5	2.7	2.3	2.1	2.0	0	810
10	五	燕麥飯	菲力雞排	蝦捲	打拋冬粉	黑胡椒豆芽	蔬菜	QQ奶茶		6.5	2.4	2.5	2.3	2.0	0	801
13	一	白飯	醬燒豬排	蕃茄炒蛋	彩繪高麗	蔥燒豆腐	蔬菜	肉絲白菜湯	附餐	6.6	2.5	2.3	2.5	2.0	0	820
14	二	白飯	香雞排	三色肉茸	紅k海結	福菜筍干	蔬菜	花生麥片		6.7	2.4	2.4	2.3	2.0	0	813
15	三	肉絲蛋炒飯	蘑菇豬排	白菜阿給	脆炒銀芽	塔香海龍	蔬菜	珍珠奶茶		6.6	2.6	2.4	2.2	2.0	0	816
16	四	胚芽飯	燒烤醬雞腿	洋芋黃金魚蛋	香滷油腐	蒜香脆筍	蔬菜	玉米蛋花湯	附餐	6.4	2.6	2.3	2.2	2.0	0	800
17	五	白飯	蔥燒大排	豆干燒雞	蝦香鮮瓜	柳葉魚	蔬菜	粉條冬瓜茶		6.5	2.4	2.5	2.3	2.0	0	801
20	一	白飯	炸卡拉雞腿	咖哩燉豬	脆炒鮮菇	蔬菜百頁*2	蔬菜	竹筍雞湯	附餐	6.5	2.5	2.2	2.6	2.0	0	815
21	二	白飯	古早味大排	玉米煨豆腐	雙色花椰	中式香腸	蔬菜	可可甜湯		6.4	2.4	2.3	2.6	2.0	0	803
22	三	茄汁肉醬螺旋麵	菲力雞排	福州魚丸	蒜香敏豆	薯條	蔬菜	紅豆芋圓		6.7	2.5	2.4	2.4	2.0	0	825
23	四	白飯	香滷豬排	洋蔥炒蛋	白菜滷	燒賣	蔬菜	味噌蛋花湯	附餐	6.4	2.3	2.5	2.6	2.0	0	800
24	五	蕎麥飯	無骨香雞排	蘿蔔排骨羹	海帶三絲	瓜仔香干肉燥	蔬菜	綠豆西米露		6.3	2.7	2.6	2.2	2.0	0	808
27	一	白飯	高昇大排	玉米三色	麻婆豆腐	榨菜肉絲	蔬菜	薑絲海芽湯	附餐	6.5	2.5	2.6	2.2	2.0	0	807
28	二	白飯	香雞排	蜜汁甜條	百匯高麗	日式蒸蛋	蔬菜	青蛙下蛋		6.5	2.5	2.3	2.0	2.0	0	809
29	三	白飯	梅醬豬排	三彩炒蛋	油燜筍茸	花生小魚	蔬菜	燒仙草		6.4	2.4	2.3	2.5	2.0	0	812
30	四	白飯	蜜汁烤雞排	沙嗲豬肉	螞蟻上樹	茄汁油小丁	蔬菜	蕃茄蛋花湯	附餐	6.7	2.6	2.3	2.1	2.0	0	816

說明：備註欄上填寫有[附餐]的日期，當日會提供水果或點心