



# 上將食品 113年8+9月



# 永和國小

◎地址：新北市新莊區幸福東路 號 ◎服務專線： ◎ 【本校未使用輻射污染食品】  
 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 號

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全數 雞腿	白肉 雞肉	蔬菜	水果	湯 品	熱 量
8/30	五	白飯 白米	咖哩豬 豬肉,洋芋,洋葱-煮	義式番茄豆腐 豆腐,番茄,玉米-煮	鮮炒高麗 高麗菜,蔬菜-炒	標章蔬菜 香菇雞湯 蘿蔔,香菇,雞肉		5.7	2.3	2.3	2.2	728
9/2	一	胚芽飯 白米,胚芽米	醬燒翅小腿 X2 翅小腿 X2-滷	洋芋燒肉丸 X1 豬肉丸,洋芋,毛豆,墨西哥香料-燒	肉燥條豆 條豆,絞肉,蔬菜,豆豉-炒	標章蔬菜 柴魚味噌湯 豆腐,海芽,味噌		5.6	2.3	2.2	2.4	728
3	二	白醬筆管麵 筆管麵,絞肉,蔬菜	海苔肉排 X1 豬排 X1,海苔粉-燒	★炸甘梅地瓜條 X4 地瓜薯條 X4,梅粉-炸	雲耳炒筍 竹筍,蔬菜,木耳-炒	有機蔬菜 玉米濃湯 玉米,洋芋,雞蛋	水果	5.6	2.4	2.2	2.3	731
5	四	雜糧飯 白米,雜糧米	沙茶鮮魚 魚肉,凍豆腐,蔬菜-煮	玉米炒蛋 玉米,雞蛋,青豆-炒	金針燴白菜 大白菜,蔬菜,金針花-煮	標章蔬菜 關東煮湯 油豆腐,金針菇,海帶	水果	5.7	2.4	2.1	2.4	740
6	五	白飯 白米	三杯米糕雞 雞肉,米血糕,九層塔-炒	香草黑干 黑豆干,玉米筍,彩椒,普羅旺斯香草-燒	脆口海絲 海帶絲,蔬菜-炒	標章蔬菜 紅燒排骨湯 洋葱,蘿蔔,番茄,排骨		5.7	2.3	2.1	2.4	732
9	一	紫米飯 白米,紫米	壽喜燒豬排 X1 豬排 X1-燒	泡菜春川雞 雞肉,大白菜,年糕,蔬菜-炒	腰果粟米 玉米,豆薯,蔬菜,腰果-炒	標章蔬菜 酸辣清湯 豆腐,肉絲,雞蛋,蔬菜		5.7	2.4	2.2	2.3	738
10	二	麥片飯 白米,麥片	芝麻醬雞肉 雞肉,蘿蔔,芝麻-燒	洋芋起司球 X1 起司球,洋芋,蔬菜-煮	蒜味高麗 高麗菜,蔬菜,蒜-炒	有機蔬菜 筍香排骨湯 竹筍,蔬菜,排骨	水果	5.6	2.3	2.1	2.3	721
12	四	上海招牌菜飯 白米,綠色蔬菜,鹹豬肉,香菇	烤翅小腿 X2 翅小腿 X2-烤	★炸地瓜槿 X2 地瓜槿 X2-炸	塔香海根 海帶根,蘿蔔,九層塔-炒	標章蔬菜 韓式大醬湯 豆腐,豬肉,鮑菇,味噌		5.8	2.4	2.1	2.2	738
13	五	糙米飯 白米,糙米	沙嗲豬 豬肉,洋芋,蔬菜-燉	五香滷味 四方干,鮮菇,毛豆-煮	蝦香結菜 結頭菜,蔬菜,蝦皮-炒	標章蔬菜 麵線羹 麵線,竹筍,木耳		5.8	2.3	1.9	2.2	725
16	一	白飯 白米	中秋柚香雞 雞肉,蘿蔔,柚子醬-燒	蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	菇燒鮮瓜 鮮瓜,金針菇,蔬菜-燒	標章蔬菜 洋芋排骨湯 洋芋,排骨,蔥仁		5.6	2.4	2.2	2.3	731
17	二	~~ 中 秋 佳 節 愉 快 ~~										
19	四	茄汁紅醬義大利麵 麵,番茄,絞肉,蔬菜	里肌肉排 X1 豬排 X1-滷	★炸薯球 X4 薯球 X4-炸	海山醬佃煮 蘿蔔,海帶結,蔬菜-煮	標章蔬菜 西式濃湯 南瓜,玉米,蘿蔔,雞蛋	水果	5.7	2.3	2.1	2.2	723
20	五	紅扁豆飯 白米,紅扁豆	醬淋魚排 X1 魚排 X1-燒	義式肉醬 絞肉,洋葱,玉米,義式香料-燒	鮮蔬白菜 白菜,蔬菜-燒	標章蔬菜 羅宋湯 番茄,蔬菜,湯排		5.6	2.3	2.2	2.3	723
23	一	小米飯 白米,小米	★炸豬排 X1 豬排 X1-炸	照燒油腐 油豆腐,木耳-燒	紅絲高麗 高麗菜,蘿蔔-炒	標章蔬菜 糯米雞湯 糯米,洋芋,雞肉,枸杞		5.6	2.4	2.2	2.3	731
24	二	白飯 白米	塔香魚 魚肉,鮑菇,竹筍,九層塔-燒	海苔香鬆蛋 雞蛋,蘿蔔,海苔香鬆-炒	奶香玉米 玉米,蘿蔔,鮮菇,青豆-炒	有機蔬菜 小魚味噌湯 豆腐,洋葱,小魚乾,味噌	水果	5.5	2.4	2.2	2.5	733
26	四	飄香肉絲油飯 糯米,白米,豬肉,香菇,麵輪	糖醋雞丁 雞肉,洋葱,彩椒-燒	香炒花枝揚 花枝揚,芹菜-炒	蒜香海茸 海茸,蔬菜,蒜-炒	標章蔬菜 香菇赤肉羹 香菇,肉絲,白菜,蔬菜	水果	5.6	2.3	1.9	2.3	716
27	五	五穀飯 白米,五穀米	古早味滷肉 豬肉,蘿蔔-滷	檸香雞柳條 X2 雞柳條 X2-烤	雙色花椰 雙色花椰菜,蘿蔔-炒	標章蔬菜 紫菜蛋花湯 雞蛋,紫菜,蔬菜		5.8	2.3	2.1	2.3	735
30	一	白飯 白米	★炸雞排 X1 雞排 X1-炸	堅果粟米肉茸 玉米,絞肉,蔬菜,毛豆,堅果-炒	鮮瓜什錦 鮮瓜,豆皮,蔬菜-煮	標章蔬菜 榨菜肉絲湯 榨菜,肉絲,金針菇	豆奶	5.7	2.3	2.2	2.3	730