



◎地址：新北市新莊區幸福東路86號 ◎服務專線：(02)2996-9305 ◎E-mail：kh9305@gmail.com 【本校未使用輻射污染食品】
 *菜單含有蟹、蝦、牛幼、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)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全蛋	豆肉	蔬菜	海產	魚量
1	一	白飯 白米	烤雞翅 三節雞翅 X1-烤	堅果玉米豬 玉米、豬肉、蔬菜、堅果-炒	香蒜海味 海帶根、蔬菜、蒜-炒	味噌貢丸湯 豆腐、小貢丸、雞蛋、青蔥	6.7	2.4	2	2.3	803
2	二	藜麥飯 白米、白藜麥	蔥爆豬肉 豬肉、洋蔥、蔬菜-炒	鮮茄鵝蛋 X1 干丁、鵝蛋、番茄-煮	鮮菇筍片 竹筍、鮮菇、木耳-炒	結菜雞湯 結頭菜、蔬菜、雞肉	6.5	2.4	2.2	2.5	803
3	三	蘿勒肉茸 義大利麵 麵、豬肉、蔬菜、蘿勒	燒無骨雞排 X1 無骨雞排 X1-燒	炸黃金薯餅 X2 薯餅 X2-炸	腐皮燒瓜 鮮瓜、腐皮、蔬菜-煮	西式濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋	6.6	2.5	2	2.7	821
~~ 兒童節連假愉快 ~~											
8	一	胚芽飯 白米、胚芽	南瓜燒豬 豬肉、南瓜、青豆-燒	日式鍋物燒 蘿蔔、花枝邊、魚卵捲、黑輪-燒	蔬炒粉絲 冬粉、高麗菜、蔬菜-炒	冬瓜鮮雞湯 冬瓜、雞肉、鮮菇	6.9	2.4	2	2.3	817
9	二	白飯 白米	炸小雞腿 X2 翅小雞 X2-炸	傳香滷油腐 油豆腐、蔬菜-滷	針菇白菜 大白菜、金針菇、蔬菜-煮	羅宋湯 番茄、蘿蔔、湯排	6.7	2.5	2.2	2.3	815
10	三	招牌上海菜飯 白米、綠色青菜、臘豬肉、鮮菇	烤里肌排 X1 里肌肉排 X1-烤	海苔魷魚丸 X2 魷魚丸 X2、海苔粉-烤	紅蘿花椰 花椰菜、蘿蔔-煮	糯米雞湯 洋芋、雞肉、糯米、枸杞	6.6	2.6	2.1	2.6	827
11	四	芝麻飯 白米、芝麻	糖醋雞丁 雞肉、鳳梨、蔬菜-燒	拌飯開胃炸醬 豆干、豬肉、毛豆、蔬菜-煮	脆炒黃芽 黃豆芽、海苔、蔬菜-炒	赤肉羹 蔬菜、香菇、肉絲	6.5	2.5	2.1	2.4	803
12	五	白飯 白米	蔬燒魚塊 魚肉、蔬菜、鮮菇-煮	番茄歐姆蛋 雞蛋、番茄、玉米-炒	木耳炒筍 竹筍、木耳、蔬菜-炒	榨菜豆腐湯 豆腐、金針菇、榨菜	6.6	2.5	2.2	2.5	817
15	一	白飯 白米	白菜雞 雞肉、白菜、蔬菜-煮	韓式雜菜冬粉 冬粉、肉絲、香菇、蔬菜、芝麻-炒	芹香海絲 海帶絲、芹菜、蔬菜-炒	金針排骨湯 湯排、蔬菜、金針花	6.8	2.4	2.2	2.4	819
16	二	五穀飯 白米、五穀米	燒豬排 X1 豬排 X1-燒	香草黃金魚蛋 洋芋、黃金魚蛋、蔬菜-燒	清炒高麗 高麗菜、蔬菜-炒	小魚味噌湯 豆腐、小魚干、青蔥	6.7	2.4	2.1	2.4	810
17	三	焗烤西西里肉醬 螺旋麵 麵、玉米、豬肉、蔬菜	冰糖雞翅 X1 三節雞翅 X1-滷	炸香蔥吉拿棒 X1 吉拿棒 X1-炸	雲耳鮮瓜 鮮瓜、木耳、蔬菜-煮	巧達濃湯 洋芋、雞蛋、南瓜、蔬菜	6.8	2.5	2.2	2.7	840
18	四	白飯 白米	醃醃滷肉 豬肉、蘿蔔、蔬菜-滷	香鬆魚塊 X2 魚塊 X2、香鬆-烤	玉米彩蔬 玉米、蔬菜、小黃瓜-炒	海芽蛋花湯 雞蛋、海苔、蔬菜	6.6	2.5	2	2.3	803
19	五	~~ 校慶補假不供餐 ~~									
22	一	白飯 白米	蒲燒魚 X1 魚排 X1-蒸	味噌福州丸 X1 福州丸 X1、玉米、青豆-煮	脆炒芽菜 豆芽菜、芹菜、蔬菜-炒	昆布肉絲湯 海帶、肉絲、蔬菜	6.7	2.5	2.1	2.3	813
23	二	紅藜小米飯 白米、紅藜、小米	果香烤雞排 X1 雞排 X1-烤	腰果南瓜蛋 雞蛋、南瓜、毛豆、腰果-炒	乾煸條豆 條豆、蔬菜-炒	肉骨茶湯 蘿蔔、豆皮、湯排	6.7	2.4	2.2	2.5	817
24	三	古早味油飯 糯米、白米、香菇、豬肉、木耳、栗子	吮指豬排 X1 豬排 X1-滷	甜不辣 X1 甜不辣 X1-燒	開陽絲瓜 絲瓜、蔬菜、鹽疙瘩、蝦米-煮	薏仁洋芋湯 洋芋、蔬菜、薏仁	6.8	2.6	2.2	2.7	848
25	四	蕎麥飯 白米、蕎麥	洋蔥雞丁 雞肉、洋蔥、小黃瓜-燒	炸地瓜薯條 X5 地瓜條 X5-炸	香炒海根 海帶根、蘿蔔、蔬菜-炒	大滷湯 竹筍、豆腐、豬肉、雞蛋、蔬菜	6.6	2.5	2.2	2.4	813
26	五	白飯 白米	花生豬腳 豬肉、豬腳、冬瓜、花生-滷	安東年糕雞 雞肉、年糕、洋芋、蔬菜-燒	脆拌鮮筍 竹筍、蔬菜-炒	香菇雞湯 雞肉、蔬菜、香菇	6.7	2.4	2.2	2.5	817
29	一	糙米飯 白米、糙米	塔香米糕雞 雞肉、米血糕、鮮菇、九層塔-燒	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	彩蔬花椰 花椰菜、蔬菜-炒	味噌豆腐湯 豆腐、鮑菇、豬肉、味噌	6.7	2.4	2.3	2.4	815
30	二	白飯 白米	鹽麪豬肉條 X4 豬肉條 X4-炸	雞茸燒豆腐 豆腐、南瓜、雞絞肉-燒	鮮瓜金菇 鮮瓜、金針菇、蔬菜-煮	番茄蛋花湯 番茄、雞蛋、蔬菜	6.6	2.5	2.1	2.3	806