



◎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

【本校亦使用輻射污染食品】

\*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：劉芸瑾(營養字第 009165 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全穀雜糧	豆魚肉	蔬菜	油脂	熱量	
2/13	一	白飯 白米	義式燉豬 豬肉, 鮑菇, 番茄, 義式香料-燒	卡非 洋芋肉醬 洋芋, 洋蔥, 絞肉, 青豆-煮	紅片高麗 高麗菜, 蘿蔔-炒	履歷蔬菜 柴魚味噌湯 海苔, 豆腐, 柴魚片, 味噌		6.7	2.4	2.3	2.4	815
14	二	胚芽飯 白米, 胚芽米	親子丼 雞肉, 洋蔥, 雞蛋, 青蔥-煮	和風 關東煮 蘿蔔, 黑輪, 米血糕, 竹輪-煮	塔香海根 海帶根, 蔬菜, 九層塔-炒	履歷蔬菜 羅宋湯 番茄, 高麗菜, 湯排, 蔬菜		6.5	2.4	2.2	2.5	803
15	三	海苔 日式燒肉拌飯 白米, 玉米, 絞肉, 蔬菜, 海苔絲	香酥 炸豬排 X1 豬排-炸	魷魚丸 X2 魷魚丸-燒	脆炒芽菜 豆芽菜, 蘿蔔, 蔬菜-炒	履歷蔬菜 香菇赤肉羹 豆腐, 肉絲, 香菇, 竹筍	水果 水蜜桃 果凍	6.5	2.6	2	2.6	817
16	四	白飯 白米	芝麻照燒雞 雞肉, 蘿蔔, 彩椒, 芝麻-燒	香干鵪蛋 炸醬 鵪蛋, 豆干, 絞肉, 毛豆-滷	奶香白菜 大白菜, 木耳, 蔬菜-燒	有機蔬菜 冬菜粉絲湯 冬菜, 冬粉, 肉絲, 蘿蔔	保久乳	6.7	2.4	2.2	2.4	812
17	五	紅藜飯 白米, 紅藜	彩蔬魚塊 魚肉, 蔬菜-燒	麻香凍腐雞 雞肉, 凍豆腐, 鮑菇, 紅棗-煮	雲耳花椰 花椰菜, 木耳-炒	履歷蔬菜 糯米雞湯 洋芋, 雞肉, 糯米, 枸杞	水果	6.6	2.4	2.2	2.3	801
18	六	白飯 白米	烤雞肉捲 X1 雞肉捲-烤	蒸蛋 雞蛋, 蔬菜-蒸	蔬匯鮮瓜 鮮瓜, 蘿蔔, 木耳-煮	履歷蔬菜 薑母鴨湯 高麗菜, 豆皮, 鴨肉, 薑		6.8	2.4	2.1	2.5	821
20	一	地瓜飯 白米, 地瓜	柚香燒肉 雞肉, 蘿蔔, 小黃瓜-煮	芹炒甜不辣 甜不辣, 芹菜-炒	豆酥條豆 條豆, 蘿蔔, 豆酥-炒	履歷蔬菜 薏仁排骨湯 冬瓜, 湯排, 小薏仁	水果	6.7	2.4	2.2	2.3	808
21	二	白飯 白米	咖哩豬 豬肉, 洋芋, 紅蘿蔔-燉	炸花枝排 X1 海鮮花枝排-炸	枸杞高麗 高麗菜, 蔬菜, 枸杞-炒	履歷蔬菜 菜脯燉雞湯 蘿蔔, 雞肉, 菜脯		6.7	2.5	2.1	2.3	813
22	三	白醬 筆管麵 筆管麵, 鮮菇, 絞肉, 蔬菜	紐澳良 翅小腿 X2 翅小腿 X2-烤	椒鹽 薯餅 X3 洋芋薯餅-烤	雙色花椰 雙色花椰菜, 蔬菜-炒	履歷蔬菜 洋芋濃湯 洋芋, 玉米, 蔬菜, 雞蛋	巧克力 格子鬆餅	6.6	2.6	2	2.6	824
23	四	雜糧飯 白米, 雜糧米	冬瓜煨肉 豬肉, 冬瓜, 麵輪-煮	韓式 年糕雞 雞肉, 年糕, 豆皮, 蔬菜-煮	蠔香海茸 海茸, 蘿蔔, 薑-炒	有機蔬菜 小魚味噌湯 豆腐, 蘿蔔, 小魚干	豆奶	6.8	2.3	2.1	2.4	809
24	五	白飯 白米	乾燒豆豉雞 雞肉, 洋蔥, 彩椒, 豆豉-燒	玉米炒蛋 玉米, 雞蛋, 蘿蔔, 青蔥-炒	螞蟻上樹 冬粉, 黃豆芽, 蔬菜-炒	履歷蔬菜 金針肉絲湯 金針花, 肉絲, 蔬菜	水果	6.9	2.4	2	2.5	826

