久翔 115年9月菜單 新莊國小

歡迎掃描QR-Code填寫午餐問卷

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) 黃偉庭(營養字第8272號) 黃瑞名(營養字第010671號)) 鄭亭瑄(營養字第12513號)
產品責任險：明台0855第04PDT00081 甲殼類、芒果、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品,為易過敏原,若有過敏體質者,請避免食用。

日期	星期	主食	主菜	主菜	副菜	青菜	湯品	備註	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
8/31	一	白飯 白米	卡菲燉肉 豬肉+馬鈴薯-煮	烤魚塊X2 魚塊(X2)-烤	炒花椰菜 花椰菜+紅蘿蔔-炒	產銷履歷	玉米湯 玉米+紅蘿蔔		5.4	2.4	2.1	2.5	723
9/1	二	胚芽飯 白米+胚芽米	三杯雞 雞肉+鮑菇-煮	蛋酥西魯肉 豬肉+大白菜+雞蛋-煮	芝麻菜豆 菜豆(四季豆)+紅蘿蔔+芝麻-炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐+海帶芽+味噌		5.2	2.5	2.2	2.3	710
2	三	白飯 白米	古早味豬排 豬排(X1)-滷	貢丸滷味 豆干+貢丸+紅蘿蔔-滷	木須高麗菜 高麗菜+木耳-炒	產銷履歷	羅宋湯 時蔬+番茄		5.1	2.4	2.2	2.4	700
3	四	沙茶炒麵 麵+時蔬+豬肉+沙茶	避風塘雞翅 雞翅(X1)-烤	海山醬蒸肉圓X1 肉圓(X1)+大白菜+海山醬-蒸	打拋冬粉 冬粉+洋蔥+豬肉+番茄+魚露-炒	產銷履歷	冬瓜排骨湯 冬瓜+菇+湯排		5.4	2.5	2.0	2.3	719
4	五	白飯 白米	台式滷肉 豬肉+筍-滷	蒸蛋 雞蛋-蒸	肉骨茶結頭菜 結頭菜+鮑菇-煮	產銷履歷	大滷清湯 大白菜+木耳		5.2	2.4	2.3	2.5	714
7	一	小米飯 白米+小米	蔥油雞排 雞排(X1)-滷	麻婆豆腐 豆腐+豬肉+毛豆-煮	鮑菇炒高麗 高麗菜+鮑菇-炒	產銷履歷	山藥薏仁湯 山藥+洋薏仁		5.4	2.3	2.0	2.3	704
8	二	白飯 白米	砂鍋魚 魚肉+大白菜+豆皮+沙茶-煮	烤豬肉條 豬肉切條-烤	炒豆芽菜 豆芽菜+韭菜-炒	有機蔬菜	洋蔥蔬菜湯 洋蔥+金針菇		5.3	2.3	2.2	2.4	707
9	三	糙米飯 白米+糙米	巴斯克燉雞 雞肉+鮑菇+番茄+綜合香料-煮	玉米炒蛋 雞蛋+玉米-炒	蒜味海帶根 海帶根+紅蘿蔔-炒	產銷履歷	馬鈴薯湯 馬鈴薯+鮑菇		5.4	2.4	2.1	2.5	723
10	四	白飯 白米	鐵板肉柳 豬肉+洋蔥+菇-煮	竹筍雞 雞肉+筍+小黃瓜+木耳-煮	螞蟻上樹 冬粉+時蔬+豬肉+木耳-炒	產銷履歷	蒲瓜湯 蒲瓜+香菇		5.3	2.5	2.3	2.3	720
11	五	韓國炸醬麵 麵+時蔬+豆干+馬鈴薯	洋釀雞排 雞排(X1)-燒	蒸餃X2 蒸餃(X2)-蒸	鮮菇冬瓜 冬瓜+香菇-煮	產銷履歷	青菜蛋花湯 雞蛋+青菜		5.2	2.3	2.2	2.4	700
14	一	雞絲烏龍麵 烏龍麵+時蔬+雞肉	沙嗲豬排 豬排(X1)-滷	檸檬雞柳條X2 雞柳條(X2)-烤	番茄炒蛋 雞蛋+番茄+洋蔥-炒	產銷履歷	香菇雞湯 時蔬+香菇+雞骨		5.1	2.5	2.2	2.5	712
15	二	燕麥飯 白米+燕麥	咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+咖哩-煮	客家小炒 豬肉+豆干+魷魚-炒	雙色花椰菜 花椰菜+紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	味噌海芽湯 洋蔥+海帶芽+味噌	豆奶	5.2	2.4	2.1	2.5	709
16	三	白飯 白米	竹筍燒肉 豬肉+筍-煮	玉米炒雞 雞肉+玉米+小黃瓜-炒	香菇高麗菜 高麗菜+紅蘿蔔+香菇-炒	產銷履歷	酸辣清湯 豆腐+金針菇		5.2	2.4	2.1	2.3	700
17	四	紫米飯 白米+紫米	義式檸檬魚 魚肉+鮑菇+檸檬汁+義式香料-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔-炒	白醬南瓜 南瓜+馬鈴薯+毛豆+白醬-煮	產銷履歷	蘑菇玉米湯 玉米+菇		5.3	2.3	2.1	2.4	704
18	五	白飯 白米	紅燒豬排 豬排(X1)-燒	蒜香黑豆干 黑豆干+菇+蔥-滷	木須白菜 大白菜+木耳-炒	產銷履歷	黃瓜雞湯 大黃瓜+雞骨		5.2	2.5	2.0	2.3	705
21	一	紅藜小米飯 白米+紅藜麥+小米	韓式泡菜雞 雞肉+大白菜+泡菜-煮	炒甜不辣 甜不辣+韭菜-炒	菇炒筍丁 筍+香菇+毛豆-炒	產銷履歷	海芽蛋花湯 雞蛋+海帶芽		5.2	2.3	2.2	2.5	704
22	二	木須炒麵 麵+時蔬+雞肉	清蒸魚排 魚排(X1)-蒸	鹹酥雞 雞肉-炸	柴魚燒瓜 時瓜+紅蘿蔔+柴魚-煮	有機蔬菜	竹筍湯 筍+香菇		5.1	2.4	2.3	2.4	703
23	三	地瓜飯 白米+地瓜	宮保翅小腿 翅小腿(X2)-滷	馬鈴薯燉肉 豬肉+馬鈴薯-煮	海帶拌黃芽 黃豆芽+海帶芽-炒	產銷履歷	味噌湯 豆腐+洋蔥+味噌		5.3	2.5	2.0	2.3	712
24 蔬食日	四	白飯 白米	蒸嫩油丁X2 嫩油腐(X2)-蒸	蒸蛋 雞蛋-蒸	杏片高麗菜 高麗菜+杏仁片-炒	產銷履歷	肉骨茶湯 時蔬+金針菇+湯排		5.2	2.4	2.1	2.4	705
25	五	中秋節連假，不供餐											
28	一	中秋節連假，不供餐											
29	二	白飯 白米	滷雞排 雞排(X1)-滷	白菜燉肉 肉片+大白菜-煮	蒜味花椰菜 花椰菜+木耳-炒	有機蔬菜	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		5.2	2.4	2.2	2.5	712
30	三	薏仁飯 白米+洋薏仁	沙茶肉片 豬肉+洋蔥+沙茶-炒	木須炒蛋 雞蛋+筍+木耳-炒	香菇燉蘿蔔 白蘿蔔+香菇+枸杞-煮	產銷履歷	玉米雞湯 玉米+雞骨		5.3	2.4	2.2	2.4	714

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品，產地:台灣☆

☆本公司未使用輻射污染食品☆全面使用非基改食材

食用時請留意魚刺

官方網站 facebook Instagram