



◎地址: 新北市新莊區華陽東路 26 號 ◎服務專線: (02) 2996-9305 ◎E-mail: kh9305@gmail.com *本公司全面使用非基因改造玉米及豆製品 *未使用福射污染食品 *菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等, 不適者其過敏體質者食用 ◎營養師: 黃靖芬 (營養字第 011869 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全脂乳 類	蛋	油	糖	熱量	
4	一	白飯 白米	日式咖哩豬 豬肉、洋芋、蘿蔔-煮	乾燒凍腐 凍豆腐、蔬菜-燒	腐皮鮮瓜 鮮瓜、腐皮、蔬菜-煮	蘿蔔雞湯 蘿蔔、雞肉、蔬菜	6.6	2.5	2.1	2.5	815	
5	二	胚芽飯 白米、胚芽米	雞肉南蠻漬 雞肉、洋蔥、蔬菜-燒	肉燥蒸蛋 雞蛋、蔬菜、絞肉-蒸	豆醬鮮筍 竹筍、金針菇、蔬菜-炒	榨菜排骨湯 榨菜、湯排、蔬菜	6.7	2.5	2	2.6	824	
6	三	古早味 香菇油飯 糯米、有標白米、豬肉絲、蔬菜	紅燒里肌排 X1 豬排 X1-燒	★麥克雞塊 X3 雞塊 X3-炸	塔香海帶 海帶、蔬菜-炒	冬瓜雞湯 冬瓜、雞肉、枸杞	6.7	2.6	2.1	2.7	838	
7	四	日式炒烏龍 烏龍麵、肉絲、蔬菜、柴魚片	醃醃三節翅 X1 雞翅 X1-滷	豬肉餡餅 X1 豬肉餡餅 X1-烤	玉米菇丁 玉米、鮮菇、蔬菜-煮	酸辣湯 豆腐、竹筍、蔬菜、雞蛋	鮮奶	6.8	2.5	2	2.5	826
8	五	藜麥飯 白米、白藜麥	菠蘿咕咾肉 豬肉、洋蔥、鳳梨-燒	★雞米花 X3 雞肉 X3-炸	紅絲花椰 花椰菜、蘿蔔-炒	珍珠奶茶 珍珠、奶粉、紅茶	6.5	2.4	2.2	2.5	803	
11	一	小米飯 白米、小米	和風煨雞 雞肉、蘿蔔、柴魚片-煮	燒賣 X2 燒賣 X2-蒸	時蔬條豆 綠豆、蔬菜-炒	鮮瓜肉絲湯 鮮瓜、豬肉絲、蔬菜	6.5	2.4	2.2	2.4	798	
12	二	白飯 白米	壽喜燒豬 豬肉、洋蔥、芝麻-燒	酸菜豆腐煲 豆腐、酸菜、蔬菜-燒	雲耳高麗 高麗菜、木耳-炒	綠豆麥片湯 綠豆、麥片	6.5	2.4	2.2	2.5	803	
13	三	夏威夷炒飯 有標白米、鳳梨、絞肉、蔬菜	★炸大雞腿 X1 雞腿 X1-炸	清炒干絲 豆干絲、蔬菜-炒	玉筍花椰 花椰菜、蔬菜、玉米筍-炒	玉米濃湯 玉米、雞蛋、蔬菜	6.7	2.5	2	2.6	824	
14	四	糙米飯 白米、糙米	奶醬薯塊豬 豬肉、洋芋、毛豆-煮	蒲燒雞肉 雞肉、洋蔥、蔬菜-燒	絲瓜粉絲 絲瓜、冬粉、蔬菜-煮	柴香味噌湯 豆腐、海苔、柴魚片	鮮奶	6.9	2.5	2.1	2.5	836
15	五	白醬茸菇 彎管麵 麵、蔬菜、鮮菇、絞肉	滷翅小腿 X2 翅小腿 X2-滷	洋蔥紅絲蛋 友善蛋、洋蔥、蘿蔔-炒	蒜味海根 海帶根、蔬菜-炒	鮮筍排骨湯 竹筍、湯排、蔬菜	6.5	2.4	2.2	2.6	807	
18	一	紅藜飯 白米、紅藜	蒜泥白肉 豬肉、洋蔥、蔬菜-煮	沙茶油腐 油豆腐、蔬菜-燒	紅絲高麗 高麗菜、蘿蔔-炒	鮮菇雞湯 蔬菜、雞肉、鮮菇	6.5	2.5	2.1	2.5	808	
19	二	白飯 白米	咖哩雞 雞肉、南瓜、蘿蔔-煮	芹香甜不辣 甜不辣、芹菜-炒	什錦鮮瓜 鮮瓜、豆皮、蔬菜-煮	味噌豆腐湯 豆腐、蔬菜、小魚干	6.6	2.4	2.2	2.5	810	
20	三	海苔香鬆飯 《附香鬆包》 有標白米、海苔香鬆	燒烤醬豬肉 豬肉、洋芋-燒	★香 Q 地瓜樺 X2 地瓜樺 X2-炸	奶香玉米 玉米、蔬菜、毛豆-煮	西班牙 鷹嘴豆湯 洋蔥、番茄、蔬菜、鷹嘴豆	6.7	2.5	2	2.7	828	
21	四	雜糧飯 白米、雜糧米	★炸椒鹽雞翅 X1 雞翅 X1-炸	瓜仔鵪鶉蛋 鵪鶉蛋 X1、絞肉、蔬菜、脆瓜-滷	韓式黃芽 黃豆芽、蔬菜、木耳-炒	花生薏仁露 薏仁、花生	鮮奶	6.6	2.5	2.1	2.6	819
22	五	客家鹹肉 炒板條 板條、蔬菜、自製鹹豬肉	五香豬排 X1 豬排 X1-滷	茶葉蛋 X1 帶殼雞蛋 X1、茶包-滷	蔬燒白菜 大白菜、蔬菜-燒	金針燉雞湯 蔬菜、雞肉、金針花	6.8	2.4	2.1	2.5	821	
25	一	燕麥飯 白米、燕麥	雙芋燒雞 雞肉、洋芋、芋頭-燒	豚肉關東煮 蘿蔔、豬肉、油豆腐-煮	鮮瓜燴煮 鮮瓜、玉米筍、蔬菜-煮	海芽味噌湯 豆腐、蔬菜、海芽	6.8	2.4	2.2	2.5	824	
26	二	白飯 白米	★炸豬排 X1 豬排 X1-炸	肉茸蒸蛋 雞蛋、蔬菜、絞肉-蒸	蠔醬海絲 海帶絲、蔬菜-燒	紅豆小湯圓 紅豆、小湯圓	6.5	2.4	2.1	2.5	800	
27	三	肉茸味噌炒飯 有標白米、絞肉、蔬菜、味噌	照燒雞丁 雞肉、洋蔥、毛豆-燒	海鮮卷 X2 海鮮卷 X2-烤	清炒花椰 花椰菜、蔬菜-炒	西式濃湯 南瓜、雞蛋、蔬菜	TAP 豆奶	6.7	2.5	2.1	2.6	826
28	四	蕎麥飯 白米、蕎麥	孜然魚塊 魚肉、洋芋、青豆-煮	家常鹽水雞 雞肉、凍豆腐、蔬菜-煮	鮮菇高麗 高麗菜、鮮菇-炒	金菇鮮瓜湯 鮮瓜、金針菇	鮮奶	6.7	2.5	2.1	2.5	822
29	五	波隆那肉醬 義大利麵 麵、蔬菜、豬肉	烤三節翅 X1 雞翅 X1-烤	海苔薯瓣 X3 薯瓣 X3、海苔粉-烤	紅絲炒筍 竹筍、蔬菜、蘿蔔-炒	羅宋湯 番茄、蔬菜、湯排	6.5	2.4	2.2	2.6	807	



本校未使用輻射污染食品，本公司全面使用非基改玉米及豆製品 *本菜單含有芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆等，不適合其過敏體質者食用*
 ◎ 服務專線：(02)2996-9305 傳真：(02)2276-3714 e-mail: kb9305@gmail.com 地址：新北市新莊區幸福東路 86 號 ◎ 營養師：黃靖芸(營養字第 011869 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全蛋	豆魚	蔬菜	油脂	熱量	
4	一	五穀飯 白米、五穀米	洋芋豆腸 豆腸、洋芋、蘿蔔-煮	堅果燒黑干 黑豆干、彩椒、堅果-燒	芝麻牛蒡絲 牛蒡絲、芝麻-炸	標章蔬菜 蘿蔔素丸湯 蘿蔔、素丸子、玉米筍	6.8	2.4	2.1	2.4	817	
5	二	胚芽飯 白米、胚芽米	小瓜麵腸 麵腸、小黃瓜、蔬菜-煮	咖哩百頁 百頁、洋芋-煮	玉米彩蔬 玉米、鮮菇、蔬菜-煮	標章蔬菜 番茄蔬菜湯 番茄、鮮菇、蔬菜	6.8	2.3	2.1	2.6	818	
6	三	麻香飯 糯米、有機白米、鮮菇、腰輪	燒素排 素肉排 X1-燒	糖醋凍豆腐 凍豆腐、鳳梨、蘿蔔-燒	蔬燒白菜 大白菜、木耳、蔬菜-燒	有機蔬菜 金針竹筍湯 竹筍、金針花	6.7	2.4	2.2	2.4	812	
7	四	白飯 白米	蘿蔔烤麩 烤麩、蘿蔔、木耳-煮	素拌干絲 干絲、芹菜、蔬菜-炒	枸杞金瓜 南瓜、枸杞-煮	有機蔬菜 素肉骨茶 高麗菜、豆皮、木耳	鮮奶	6.6	2.3	2.1	2.5	800
8	五	藜麥飯 白米、白藜麥	醬燒三角腐 三角豆腐、鮮菇-燒	雪裡紅炒年糕 年糕、雪裡紅、蘿蔔-炒	脆炒海帶 海帶絲、蔬菜-炒	有機蔬菜 鮮瓜薏仁湯 鮮瓜、薏仁	6.8	2.5	2	2.4	822	
11	一	小米飯 白米、小米	醬淋素雞排 素雞排 X1-燒	照燒豆雞片 豆雞片、洋芋-燒	螞蟻上樹 高麗菜、冬粉、蔬菜-炒	標章蔬菜 鮮瓜素丸湯 鮮瓜、素丸子、鮮菇	6.9	2.4	2.1	2.5	828	
12	二	白飯 白米	福菜大溪干 黑豆干、福菜、筍-燒	家常豆腐 豆腐、蘿蔔、玉米-煮	針菇燒瓜 鮮瓜、金針菇、蔬菜-燒	標章蔬菜 芹珠蘿蔔湯 蘿蔔、鮮菇、芹菜	6.6	2.3	2.3	2.4	800	
13	三	薏仁飯 有機白米、薏仁	泡菜凍腐煲 凍豆腐、自製泡菜、蔬菜-煮	滷味方干 方干、海苔、蘿蔔-滷	茼蒿花椰 花椰菜、茼蒿-炒	有機蔬菜 味噌湯 豆腐、海芽、味噌	6.8	2.4	2.1	2.4	817	
14	四	金瓜炒雙粉 冬粉、米粉、南瓜、蔬菜	和風豆包 豆包、毛豆-燒	糯米椒干片 豆干、糯米捲-炒	脆炒芽菜 豆芽菜、芹菜、木耳-炒	有機蔬菜 玉米濃湯 玉米、洋芋、蔬菜	鮮奶	6.6	2.4	2.1	2.6	812
15	五	五穀飯 白米、五穀米	滷大四角腐 大四角腐 X1-滷	番茄打拋香竹捲 香竹捲、番茄、玉米-燒	豆醬炒筍 竹筍、蘿蔔-炒	有機蔬菜 白菜湯 大白菜、油片絲、蔬菜	6.6	2.4	2.3	2.4	808	
18	一	白飯 白米	南瓜豆腸 豆腐、南瓜-燒	紅燒百頁 百頁、蘿蔔、蔬菜-燒	菇炒高麗 高麗菜、鮮菇-炒	標章蔬菜 鳳梨素肉湯 蘿蔔、鳳梨、素肉	6.8	2.3	2	2.6	816	
19	二	鮮蔬炒飯條 飯條、鮮菇、蔬菜	素牛蒡排 素牛蒡排 X1-燒	彩椒黑干 黑豆干、彩椒-燒	豆沙包 豆沙包 X1-蒸	標章蔬菜 洋芋薏仁湯 洋芋、鮮菇、薏仁	6.9	2.3	2.1	2.5	821	
20	三	白飯 有機白米	鮮菇烤麩 烤麩、鮮菇、蘿蔔-炒	素蠔豆腐 豆腐、素蝦肉-煮	芋香白菜 大白菜、芋頭、蔬菜-滷	有機蔬菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜、鮮菇、薑	6.6	2.4	2.2	2.4	805	
21	四	雜糧飯 白米、藜麥米	秘滷四方干 四方干、蘿蔔-滷	塔香麵腸 麵腸、竹筍、九層塔-燒	素蠶條豆 綠豆、素蠶-炒	有機蔬菜 番茄豆腐湯 豆腐、番茄	鮮奶	6.8	2.4	2.1	2.4	817
22	五	紫米飯 白米、紫米	壽喜三角腐 油豆腐、木耳、青豆-煮	醬炒素肚條 素肚、蔬菜-炒	紅絲芽菜 豆芽菜、蘿蔔-炒	有機蔬菜 筍香針菇湯 竹筍、金針菇	6.8	2.3	2.1	2.4	809	
25	一	茄汁義大利麵 義大利麵、番茄、蔬菜	海苔素魚排 海苔素魚排 X1-燒	瓜燒豆雞片 豆雞片、小黃瓜-燒	雙色花椰 花椰菜、蘿蔔-煮	標章蔬菜 洋芋濃湯 洋芋、蔬菜、玉米	6.7	2.3	2	2.4	800	
26	二	小米飯 白米、小米	醬味豆腸 豆腐、洋芋-煮	沙茶油腐 油豆腐、蔬菜-燒	白菜滷 大白菜、蔬菜-煮	標章蔬菜 蘿蔔味噌湯 豆腐、蘿蔔	6.9	2.4	2.1	2.5	828	
27	三	白飯 有機白米	三杯豆腐 豆腐、雞絲、竹筍-燒	南瓜素雞丁 南瓜、素雞肉、青豆-燒	花生海結 海帶結、蘿蔔、花生-煮	有機蔬菜 糯米鮮菇湯 洋芋、鮮菇、糯米	6.7	2.3	2.2	2.4	805	
28	四	蕎麥飯 白米、蕎麥	醃醃燒豆包 豆包、蔬菜-燒	番茄凍腐 凍豆腐、番茄、蘿蔔-煮	炸天婦羅 地瓜、洋芋、蠔豆-炸	有機蔬菜 榨菜粉絲湯 榨菜、粉絲、冬菜	鮮奶	6.7	2.3	2.1	2.6	811
29	五	白飯 白米	紅燒素獅子頭 素獅子頭、蔬菜、木耳-煮	青椒炒干片 豆干、青椒-炒	薑絲香椿炒筍 竹筍、蔬菜、香椿-炒	有機蔬菜 關東煮湯 油豆腐、蘿蔔、蔬菜	6.7	2.4	2.2	2.5	817	