



新北食品115年8+9月菜單

大同國中



電話：(02) 29851830。地址：新北市三重區國道一段59號。本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基改食材，敬請安心食用。

→本菜單含有：甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果、芝麻、含麸質之穀類、大豆、魚類、含亞硝酸鹽類製品、有過敏質者，敬請小心食用！營養師：陳奕巨(營養字第012095)

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全日 附餐	豆魚 類	蔬菜	油脂	水果	熱帶	
14	一	白飯 白米-蒸	酸甜泡菜雞 雞肉, 蔬菜, 泡菜, 年糕-煮	佃煮蘿蔔 白, 紅蘿蔔, 菇, 柴魚片-煮	鍋燒黑干 黑豆干, 海帶結, 白芝麻-滷	標章 蔬菜	鮮蔬味噌湯 蔬菜, 玉米, 味噌, 柴魚	水果	6.7	2.5	2.1	2.9	1	900
15	二	蕎麥飯 白米, 蕎麥-蒸	蜜汁豚肉 豬肉, 蔬菜, 白芝麻-煮	糖醋天婦羅X1 甜不辣-燒	彩蔬玉米 玉米, 蔬菜, 毛豆-炒	標章 蔬菜	珍珠撞奶 珍珠, 麥片, 奶粉		6.8	2.4	1.9	3		839
16	三	有機白飯 有機白米-蒸	嫩汁雞腿排X1 雞腿排-烤	蒜酥高麗 高麗菜, 蔬菜, 菇-炒	柴魚煮油腐 油豆腐, 蘿蔔, 海帶片, 柴魚片-煮	有機 蔬菜	古早味肉羹湯 肉羹, 蔬菜, 木耳, 雞蛋		6.7	2.6	2	2.8		840
17	四	麻油 肉絲油飯 【白米50%】 白米, 糯米, 豬肉, 蔬菜-蒸	●蜜汁豬排X1 豬排-燒	番茄炒蛋 雞蛋, 番茄-炒	塔香粉絲 蔬菜, 冬粉, 木耳, 豬絞肉-炒	有機 蔬菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜, 雞肉, 枸杞		6.9	2.5	2	2.9		851
18	五	白飯 白米-蒸	日式咖哩雞 雞肉, 馬鈴薯, 蔬菜-煮	玉筍花椰 花椰菜, 玉米筍, 菇-炒	小魚炒豆干 豆干, 蔬菜, 豬肉, 小魚乾-炒	有機 蔬菜	和風蛋花湯 蔬菜, 雞蛋		6.7	2.5	2	2.9		837
21	一	藜麥飯 白米, 藜麥-蒸	★香酥雞X4 雞肉, 豆段-炸	玉米蒸蛋 雞蛋, 玉米-蒸	鮮蔬甘藍 高麗菜, 紅蘿蔔, 木耳-炒	標章 蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯, 蔬菜, 菇, 雞蛋, 奶粉	水果	6.8	2.5	2	3	1	909
22	二	白飯 白米-蒸	●醬燒小卷X2 小卷, 蔬菜-蒸	泰式打拋豬 豬絞肉, 蔬菜, 九層塔-炒	木耳豆芽 豆芽菜, 蔬菜, 木耳-炒	標章 蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽, 味噌, 柴魚		6.7	2.5	2	3		842
23	三	芝麻有機飯 有機白米, 黑芝麻-蒸	香料雞翅X1 三節雞翅-烤	洋芋炒蛋 雞蛋, 馬鈴薯, 毛豆-炒	三杯海根 海帶根, 蔬菜-炒	有機 蔬菜	肉骨茶湯 冬瓜, 菇, 豬肉, 枸杞		6.8	2.5	2	2.8		840
24	四	海苔 豚肉炒麵 麵, 蔬菜, 豬肉, 海苔-炒	中秋烤肉 豬肉, 蔬菜, 菇-煮	柚香燒蘿蔔 紅, 白蘿蔔, 木耳, 柴魚片-煮	薑燒方干 四分干, 蔬菜, 雞輪, 薑-煮	有機 蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓		6.7	2.5	2	2.8		833
25	五	～中秋&教師節快樂～謝謝辛苦的老師!!!～												
29	二	胚芽飯 白米, 胚芽米-蒸	燒烤醬雞 雞肉, 蔬菜, 白芝麻-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋, 紅蘿蔔-炒	炒冬粉 蔬菜, 冬粉, 菇, 豬絞肉-炒	標章 蔬菜	小魚海帶湯 海帶芽, 小魚乾		6.9	2.5	1.9	2.9		849
30	三	有機白飯 有機白米-蒸	味噌燉豬 豬肉, 豆干, 蔬菜, 味噌-燉	菇菇豆段 敏豆, 菇, 蔬菜-炒	肉燥福州丸X1 福州丸, 蔬菜, 豬絞肉, 菇-煮	有機 蔬菜	玉米芙蓉湯 玉米, 雞蛋		6.7	2.5	2	3		842
		主菜種類 (次/月)	主菜食材特性分析 (次/月)	副菜食材分析 (次/月)		其他分析 (次/月)								
				加工食品										
豆類及其製品		魚肉及海鮮	生鮮食材	魚肉類		其他		油炸		甜澆				
0次		2次	26次											
豬肉		雞肉	調理食品	3次		4次		3次		5次				
9次		15次	0次											