



◎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 *本公司全面使用非基改玉米及豆製品 *亦使用輻射污染食品
*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, 不適合其過敏體質者食用 ◎營養師: 林怡君 (營養字第 006827 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	一	白飯 白米	糖醋豬肉 豬肉, 洋葱, 彩椒-燒	沙嗲年糕雞 洋芋, 雞肉, 年糕-煮	雲耳炒筍 竹筍, 木耳, 蔬菜-炒	味噌豆腐湯 豆腐, 蔬菜, 柴魚		5.8	2.4	2.1	2.4	747
3	二	招牌麻香 油飯 糯米, 白米, 蔬菜, 絞肉, 麵輪	烤雞排 雞排 X1-烤	蘋果派 蘋果派 X1-炸	脆炒海絲 海帶絲, 鮮菇, 蔬菜-炒	元宵湯圓 湯圓, 蔬菜, 絞肉		5.8	2.3	2.1	2.3	735
4	三	小米飯 白米, 小米	客家福菜豬 豬肉, 福菜, 筍茸-煮	白菜滷鵪鶉 白菜, 鵪鶉 X1, 蔬菜-滷	腐皮鮮瓜 鮮瓜, 蘿蔔, 腐皮-煮	番茄蛋花湯 番茄, 雞蛋, 蔬菜		5.5	2.4	2.2	2.3	724
5	四	白飯 白米	香料 馬鈴薯燉雞 雞肉, 洋芋, 蔬菜, 香草-燉	家常豆腐 豆腐, 蔬菜, 絞肉-煮	豆芽蔬炒 豆芽菜, 蔬菜-炒	結菜排骨湯 結頭菜, 湯排, 鮮菇		5.6	2.4	2.1	2.4	733
6	五	雜糧飯 白米, 雜糧米	京醬鮮魚 魚肉, 蔬菜, 金針花-燒	鯉香鍋物燒 蘿蔔, 黑輪, 魚卵捲-煮	枸杞高麗 高麗菜, 蔬菜, 枸杞-炒	雞蓉麵線羹 麵線, 雞絞肉, 蔬菜, 當歸		5.8	2.3	2.2	2.3	737
9	一	燕麥飯 白米, 燕麥	羅勒烤雞翅 雞翅 X1-烤	香鬆炒蛋 雞蛋, 洋葱, 蔬菜, 香鬆-炒	蒜香海根 海帶根, 蔬菜, 蒜-煮	羅宋湯 番茄, 豬肉, 蔬菜		5.5	2.3	2.2	2.5	725
10	二	白飯 白米	咖哩豬肉 豬肉, 洋芋, 蘿蔔-煮	韓式洋釀甜不辣 甜不辣, 蔬菜-燒	什錦燒瓜 鮮瓜, 木耳, 鮮菇-煮	玉米濃湯 玉米, 蔬菜, 雞蛋		5.7	2.3	2.1	2.4	732
11	三	白飯 白米	奶香南瓜雞 雞肉, 南瓜-燒	照燒鮮蔬豬 結頭菜, 豬肉, 蔬菜-燒	彩蔬花椰 花椰菜, 紅椒-炒	竹筍肉絲湯 竹筍, 肉絲		5.7	2.4	2.2	2.3	738
12	四	奶香 青醬麵 麵, 蔬菜, 絞肉	古早味豬排 豬排 X1-滷	海苔搖搖薯條 薯條 X5, 海苔-烤	蛋酥白菜 大白菜, 蔬菜, 雞蛋-煮	海芽味噌湯 豆腐, 蘿蔔, 海芽		5.5	2.4	2.1	2.4	726
13	五	白飯 白米	蘿蔔煨雞 雞肉, 蘿蔔, 鮮菇-燒	西西里番茄肉醬 玉米, 番茄, 絞肉, 蔬菜-煮	豆酥條豆 條豆, 蔬菜, 豆酥-炒	鮮瓜排骨煲 鮮瓜, 湯排, 蔬菜		5.6	2.3	2.2	2.3	723
16	一	芝麻飯 白米, 芝麻	蜜棗豬柳 豬肉, 地瓜, 紅棗-燒	沙茶米糕油腐 米血糕, 油豆腐, 蔬菜-煮	玉米彩蔬 玉米, 蔬菜-煮	香蔥蛋花湯 蔬菜, 雞蛋, 青蔥		5.7	2.3	2	2.4	730
17	二	五穀飯 白米, 五穀米	和風雞丁 雞肉, 洋葱, 蔬菜-煮	蒸蛋 雞蛋, 蔬菜-蒸	蔬炒時筍 竹筍, 蔬菜-炒	味噌大醬湯 豆腐, 鮑菇, 豬肉, 蔬菜		5.5	2.4	2.1	2.4	726
18	三	白飯 白米	義式鮮茄燒豬 豬肉, 番茄, 蔬菜-燒	黃金泡菜雞 雞肉, 大白菜(自製泡菜), 油片-煮	榨菜冬瓜 冬瓜, 榨菜, 毛豆-煮	鮮菇雞湯 蘿蔔, 雞肉, 鮮菇		5.5	2.4	2.2	2.3	724
19	四	白飯 白米	滷雞翅 雞翅 X1-滷	螞蟻上樹 高麗菜, 冬粉, 絞肉, 蔬菜-炒	海結佃煮 海帶結, 蘿蔔, 蔬菜-滷	酸辣湯 豆腐, 竹筍, 豬肉, 蔬菜, 雞蛋		5.8	2.3	2.1	2.3	735
20	五	日式 什錦炒飯 白米, 玉米, 絞肉, 蔬菜, 紅藜麥	炸里肌肉排 豬排 X1-炸	柴香魷魚丸 魷魚丸 X2, 柴魚片-烤	韭香如意芽 豆芽菜, 韭菜, 蔬菜-炒	糯米雞湯 洋芋, 雞肉, 糯米		5.7	2.4	2	2.5	742
23	一	茄汁肉醬 義大利麵 麵, 番茄, 蔬菜, 絞肉	燒菲力雞排 去骨雞排 X1-燒	美式薯球 薯球 X4-炸	醬燒海帶 海帶唇, 蔬菜-炒	蘿蔔鮮菇湯 蘿蔔, 鮮菇, 蔬菜		5.7	2.3	2.1	2.4	732
24	二	洋蔥仁飯 白米, 洋蔥仁	迷迭香豬肉 豬肉, 番茄, 洋葱, 香草-煮	烤魚塊 魚塊 X2-烤	清炒高麗 高麗菜, 蔬菜-炒	金針雞湯 金針花, 雞肉, 蔬菜		5.5	2.3	2.2	2.5	725
25	三	紅扁豆飯 白米, 紅扁豆	芝麻地瓜雞 雞肉, 地瓜, 芝麻-燒	蘿蔔壽喜燒肉 蘿蔔, 豬肉, 蔬菜-燒	脆炒黃芽 黃豆芽, 蔬菜, 海芽-炒	牛蒡排骨湯 蔬菜, 湯排, 牛蒡		5.8	2.4	2	2.3	740
26	四	白飯 白米	泡菜燒豆皮 豆皮, 大白菜, 蔬菜-燒	筍香炒蛋 雞蛋, 竹筍, 蔬菜-炒	蒟蒻時瓜 鮮瓜, 蔬菜, 蒟蒻-煮	洋芋蛋花湯 洋芋, 蔬菜, 雞蛋		5.6	2.3	2.2	2.4	728
27	五	蕎麥飯 白米, 蕎麥	蜂蜜照燒雞 雞肉, 洋葱, 蔬菜-燒	肉燥丸片 魚丸切, 絞肉, 蔬菜-煮	白醬 青花薯塊 花椰菜, 洋芋, 蔬菜-煮	小魚味噌湯 海芽, 蔬菜, 小魚乾		5.7	2.4	2.1	2.4	740
30	一	紅藜飯 白米, 紅藜	味噌洋蔥豬 豬肉, 洋葱, 蔬菜-煮	雞堡肉排 雞堡排 X1-烤	針菇津白 大白菜, 金針菇, 蔬菜-煮	枸杞冬瓜湯 冬瓜, 雞肉, 枸杞	豆奶	5.5	2.4	2.2	2.3	724
31	二	白飯 白米	麻油雞 雞肉, 高麗菜, 鮑菇-煮	泰式打拋鵪鶉 番茄, 玉米, 鵪鶉 X1, 絞肉-煮	結菜黑輪 結頭菜, 黑輪, 蔬菜-煮	酸菜肉絲湯 酸菜, 豬肉, 榨菜		5.6	2.3	2.1	2.4	725