



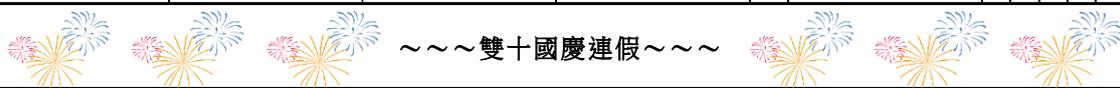
# 新北食品 112年10月菜單

# 北安國中

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改造食材並符合三章一Q規範，敬請安心食用。電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364

地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、林芳妤(營養字第009677)、吳亭嫻(營養字第010830)、郭麗惠(營養字第011610) 已投保明台產物1德產品責任險。

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	水果	熱量
2	一	胚芽飯	新疆孜然雞 雞肉、洋芋、蔬菜、芝麻-燒	香滷豆干 豆干、蔬菜-滷	開陽高麗 高麗菜、木耳、蝦皮-炒	標章蔬菜 番茄、蔬菜、雞蛋		6.5	2.5	2.1	2.8		821
3	二	白飯	蔥燒豬肉 豬肉、蘿蔔、蔥-煮	糖醋甜條 甜不辣、蔬菜-炒	鮮蔬冬瓜 冬瓜、蔬菜、菇-炒	標章蔬菜 豆腐、海帶芽、味噌、柴魚		6.4	2.3	2.2	2.9		806
4	三	鯉節香鬆 有機飯 【附歡樂分享包】	烤雞翅X1 雞翅-烤	海苔魷魚丸X2 魷魚丸、海苔粉-烤	紅絲花椰 白、綠花椰菜、紅蘿蔔-炒	有機蔬菜 洋芋、蔬菜、雞蛋、奶粉	乳品	6.5	2.4	2.2	2.9		821
5	四	白飯	香草嫩豬 豬肉、蔬菜、番茄-嫩	玉米炒蛋 雞蛋、玉米、毛豆-炒	芹香海茸 海茸、彩椒、芹菜-煮	有機蔬菜 筍、豬肉		6.7	2.4	2	2.9		830
6	五	地瓜飯	★鹹酥雞X4 雞肉、蔬菜-炸	咖哩肉醬 豬肉、洋芋、蔬菜-煮	白菜滷 大白菜、蔬菜、菇、蔥皮-煮	有機蔬菜 珍珠、紅茶、奶粉		6.7	2.5	2.1	3		844



11	三	有機白飯	蘿蔔滷豬腳 豬肉、豬腳、蘿蔔-滷	木須長豆 長豆、木耳-炒	總匯干丁 玉米、豆干、蔬菜-炒	有機蔬菜 綠豆湯 綠豆	乳品	6.4	2.4	2.2	2.8		809
12	四	雜糧飯	芝麻和風雞 雞肉、洋葱、蔬菜、芝麻-煮	番茄炒蛋 雞蛋、豆腐、番茄-炒	螞蟻上樹 蔬菜、冬粉、豬肉-炒	有機蔬菜 鮮瓜排骨湯 鮮瓜、豬肉		6.7	2.3	2.1	2.9		825
13	五	咖哩炒烏龍	鐵路豬排X1 豬排-燒	香雞堡排X1 香雞堡排-烤	清炒扁蒲 扁蒲、紅蘿蔔、菇-炒	有機蔬菜 海帶湯 海帶芽、薑		6.7	2.5	2.1	2.9		840
16	一	夏威夷炒飯	照燒魚排X1 魚排-燒	客家小炒 豆干、豬肉、魷魚、蔬菜-炒	蒜香甘藍 高麗菜、蔬菜、蒜-炒	標章蔬菜 清甜山粉圓 山粉圓		6.4	2.4	2.2	2.8		809
17	二	白飯	★椒鹽骰子豬X3 豬肉、蔬菜-炸	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔、毛豆-炒	芝香海帶結 海帶結、芝麻-滷	標章蔬菜 海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋		6.5	2.5	2.1	2.9		826
18	三	有機白飯	烤棒棒腿X2 翅小腿-烤	義式肉丸X1 獅子頭、番茄、蔬菜-嫩	什錦鮮瓜 鮮瓜、菇-炒	有機蔬菜 ▲玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉	乳品	6.7	2.5	2.1	3		844
19	四	白飯	泡菜燒肉 豬肉、蔬菜、年糕、泡菜-煮	可樂餅X1 可樂餅-烤	黑椒銀芽 豆芽菜、蔬菜、木耳-炒	有機蔬菜 蓼鬚雞湯 洋芋、雞肉、蓼鬚		6.7	2.3	2.2	2.9		827
20	五	蕎麥飯	雞肉親子丼 雞肉、雞蛋、蔬菜、菇-燴	雙色花椰 白、綠花椰菜、蔬菜-炒	和風凍豆腐 凍豆腐、蘿蔔、味噌-煮	有機蔬菜 鮮蔬排骨湯 蔬菜、豬肉		6.4	2.4	2.1	2.8		807
23	一	紅醬義大利麵	嫩汁豬排X1 豬排-燒	海鮮排X1 海鮮排-烤	針菇扁蒲 扁蒲、蔬菜、金針菇-炒	標章蔬菜 燒仙草 仙草、紅豆、QQ圓		6.4	2.5	2.1	2.9		819
24	二	糙米飯	奶香咖哩雞 雞肉、洋芋、蔬菜、奶粉-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	清甜白菜 大白菜、紅蘿蔔、菇-煮	標章蔬菜 脆薯肉絲湯 豆薯、豬肉		6.7	2.4	2.1	2.9		832
25	三	有機白飯	梅干扣肉 豬肉、蘿蔔、筍干、梅菜-滷	紅蔥長豆 長豆、蔬菜、木耳-炒	麻婆嫩腐 豆腐、蔬菜、豬肉-煮	有機蔬菜 芙蓉玉米湯 玉米、蔬菜、雞蛋	陸履豆漿	6.5	2.3	2.2	2.8		809
26	四	薏仁飯	紅燒魚丁 生鮮魚丁、鮮蔬-煮	洋芋炒蛋 雞蛋、洋芋、蔬菜-炒	雜菜粉絲 蔬菜、冬粉-炒	有機蔬菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑		6.7	2.4	2	2.9		830
27	五	白飯	黑胡椒豬柳 豬肉、洋葱-炒	香甜玉米X1 玉米-煮	酸菜黑干 黑豆干、蘿蔔、酸菜-煮	有機蔬菜 黃芽排骨湯 黃豆芽、豬肉		6.5	2.4	2	2.8		811
30	一	芝麻飯	★椒鹽魚排X1 魚排-炸	酢醬肉燥 豆干、豬肉、蔬菜、菇-煮	炒高麗菜 高麗菜、木耳-炒	標章蔬菜 味噌蛋花湯 雞蛋、海帶芽、蔬菜、味噌、柴魚		6.4	2.5	2.1	3		823
31	二	白飯	馬鈴薯燉肉 豬肉、洋芋、蔬菜-燉	海山醬關東煮 黑輪、魚丸、蘿蔔-煮	韭香銀芽 豆芽菜、蔬菜、韭菜-炒	標章蔬菜 玉米豆腐湯 玉米、豆腐		6.7	2.4	2	2.9		830

→本菜單內容含有蛋類、芝麻、含鹽質較濃、大豆等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！

◎過敏原包含：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含鹽質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硝酸鹽等製品及其相關製品



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	調理食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯	
0次	3次	20次	0次	0次	6次	3次	4次	
豬肉	雞肉							
10次	7次							



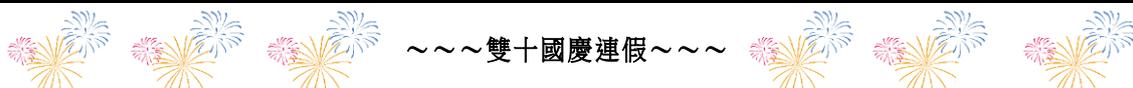
# 新北食品 112年10月菜單

## 北安國中舞蹈班

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改食材並符合三章一Q規範，敬請安心食用。電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364

地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、林芳妤(營養字第010830)、郭麗華(營養字第011610) 已投保明台產物1億產品責任險。

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全蛋	豆魚	蔬菜	油脂	水果	熱量
2	一	胚芽飯	新疆孜然雞 雞肉、洋芋、蔬菜、芝麻、燒	香滷豆干 豆干、蔬菜、滷	開陽高麗 高麗菜、木耳、蝦皮、炒	標章蔬菜	番茄蛋花湯 番茄、蔬菜、雞蛋		6.5	2.5	2.1	2.8	821
3	二	白飯	蔥燒豬肉 豬肉、蘿蔔、蔥、煮	糖醋甜條 甜不辣、蔬菜、炒	鮮蔬冬瓜 冬瓜、蔬菜、菇、炒	標章蔬菜	味噌湯 豆腐、海帶芽、味噌、柴魚		6.4	2.3	2.2	2.9	806
4	三	鯉節香鬆 有機飯 【附歡樂分享包】	烤雞翅X1 雞翅、烤	海苔魷魚丸X2 魷魚丸、海苔粉、烤	紅絲花椰 白、綠花椰菜、紅蘿蔔、炒	有機蔬菜	▲巧達濃湯 洋芋、蔬菜、雞蛋、奶粉	乳品	6.5	2.4	2.2	2.9	821
5	四	白飯	香草嫩豬 豬肉、蔬菜、番茄、嫩	玉米炒蛋 雞蛋、玉米、毛豆、炒	芹香海茸 海茸、彩椒、芹菜、煮	有機蔬菜	竹筍排骨湯 筍、豬肉		6.7	2.4	2	2.9	830
6	五	地瓜飯	香滷翅腿X2 翅小腿、滷	咖哩肉醬 豬肉、洋芋、蔬菜、煮	白菜滷 大白菜、蔬菜、菇、膨皮、煮	有機蔬菜	珍珠奶茶 珍珠、紅茶、奶粉		6.7	2.5	2.1	3	844



11	三	有機白飯	蘿蔔滷豬腳 豬肉、豬腳、蘿蔔、滷	木須長豆 長豆、木耳、炒	總匯干丁 玉米、豆干、蔬菜、炒	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	乳品	6.4	2.4	2.2	2.8	809
12	四	雜糧飯	芝麻和風雞 雞肉、洋蔥、蔬菜、芝麻、煮	番茄炒蛋 雞蛋、豆腐、番茄、炒	螞蟻上樹 蔬菜、冬粉、豬肉、炒	有機蔬菜	鮮瓜排骨湯 鮮瓜、豬肉		6.7	2.3	2.1	2.9	825
13	五	咖哩炒烏龍	鐵路豬排X1 豬排、燒	香雞堡排X1 香雞堡排、烤	清炒扁蒲 扁蒲、紅蘿蔔、菇、炒	有機蔬菜	海帶湯 海帶芽、薑		6.7	2.5	2.1	2.9	840
16	一	夏威夷炒飯	果香雞丁 雞肉、豆薯、蔬菜、鳳梨、煮	客家小炒 豆干、豬肉、魷魚、蔬菜、炒	蒜香甘藍 高麗菜、蔬菜、蒜、炒	標章蔬菜	清甜山粉圓 山粉圓		6.4	2.4	2.2	2.8	809
17	二	白飯	南洋咖哩豬 豬肉、洋芋、鮮蔬、煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔、毛豆、炒	芝香海帶結 海帶結、芝麻、滷	標章蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋		6.5	2.5	2.1	2.9	826
18	三	有機白飯	烤棒棒腿X2 翅小腿、烤	義式肉丸X1 獅子頭、番茄、蔬菜、嫩	什錦鮮瓜 鮮瓜、菇、炒	有機蔬菜	▲玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉	乳品	6.7	2.5	2.1	3	844
19	四	白飯	泡菜燒肉 豬肉、蔬菜、年糕、泡菜、煮	可樂餅X1 可樂餅、烤	黑椒銀芽 豆芽菜、蔬菜、木耳、炒	有機蔬菜	蔘鬚雞湯 洋芋、雞肉、蔘鬚		6.7	2.3	2.2	2.9	827
20	五	蕎麥飯	雞肉親子丼 雞肉、雞蛋、蔬菜、菇、煨	雙色花椰 白、綠花椰菜、蔬菜、炒	和風凍豆腐 凍豆腐、蘿蔔、味噌、煮	有機蔬菜	鮮蔬排骨湯 蔬菜、豬肉		6.4	2.4	2.1	2.8	807
23	一	紅醬義大利麵	嫩汁豬排X1 豬排、燒	海鮮排X1 海鮮排、烤	針菇扁蒲 扁蒲、蔬菜、金針菇、炒	標章蔬菜	燒仙草 仙草、紅豆、QQ圓		6.4	2.5	2.1	2.9	819
24	二	糙米飯	奶香咖哩雞 雞肉、洋芋、蔬菜、奶粉、煮	蒸蛋 雞蛋、蒸	清甜白菜 大白菜、紅蘿蔔、菇、煮	標章蔬菜	脆薯肉絲湯 豆薯、豬肉		6.7	2.4	2.1	2.9	832
25	三	有機白飯	梅干扣肉 豬肉、蘿蔔、筍干、梅菜、滷	紅蔥長豆 長豆、蔬菜、木耳、炒	麻婆嫩腐 豆腐、蔬菜、豬肉、煮	有機蔬菜	芙蓉玉米湯 玉米、蔬菜、雞蛋	產履豆漿	6.5	2.3	2.2	2.8	809
26	四	薏仁飯	紅燒魚丁 生鮮魚丁、鮮蔬、煮	洋芋炒蛋 雞蛋、洋芋、蔬菜、炒	雜菜粉絲 蔬菜、冬粉、炒	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑		6.7	2.4	2	2.9	830
27	五	白飯	黑胡椒豬柳 豬肉、洋蔥、炒	香甜玉米X1 玉米、煮	酸菜黑干 黑豆干、蘿蔔、酸菜、煮	有機蔬菜	黃芽排骨湯 黃豆芽、豬肉		6.5	2.4	2	2.8	811
30	一	芝麻飯	蔥燒魚排X1 魚排、蒸	酢醬肉燥 豆干、豬肉、蔬菜、菇、煮	炒高麗菜 高麗菜、木耳、炒	標章蔬菜	味噌蛋花湯 雞蛋、海帶芽、蔬菜、味噌、柴魚		6.4	2.5	2.1	3	823
31	二	白飯	馬鈴薯嫩肉 豬肉、洋芋、蔬菜、嫩	海山醬關東煮 黑輪、魚丸、蘿蔔、煮	韭香銀芽 豆芽菜、蔬菜、韭菜、炒	標章蔬菜	玉米豆腐湯 玉米、豆腐		6.7	2.4	2	2.9	830

→本菜單內容含有蛋類、芝麻、含鈣質穀類、大豆等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！

◎過敏原包含：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含鈣質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硫酸鹽等製品及其相關製品



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	新鮮食材	調理食品	魚肉類	其他	油炸	甜湯	
0次	3次	20次	0次	0次	6次	0次	4次	
豬肉	雞肉							
10次	7次							