



New Taipei

新北食品113年11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三零一〇規範，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)、郭曉嘉(營養字第011610)、余瑋馨(營養字第008066)、許正鈴(營養字第011822)、陳奕豆(營養字第012095)、陳威銘(營養字第012097) 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	全雞	豆魚	雞肉	蔬菜	油類	水果	數量
1	五	麥片飯 白米、麥片-蒸	和風雞肉煮 雞肉、蔬菜-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	鮮菇花椰 花椰菜、菇-炒	有機蔬菜 裙帶味噌湯 海帶芽、味噌、柴魚		6	2.5	2.3	3			800
4	一	白飯 白米-蒸	日式咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	麥克雞塊X2 雞塊-烤	蝦香扁蒲 扁蒲、蔬菜、蝦皮-炒	標章蔬菜 芙蓉玉米湯 玉米、雞蛋		6.2	2.6	2	3.1			819
5	二	三穀飯 白米、三穀米-蒸	蘿蔔燒雞 雞肉、蘿蔔-烤	鮑菇滷豆干 豆干、杏鮑菇-滷	炒高麗菜 高麗菜、蔬菜-炒	標章蔬菜 鮮瓜排骨湯 鮮瓜、豬肉		6	2.6	2.2	2.9			801
6	三	有機白飯 有機白米-蒸	蒜泥肉片 豬肉、蔬菜、蒜-煮	田園粟米 玉米、紅蘿蔔、毛豆-炒	韓式豆腐煲 豆腐、菇、泡菜-煮	有機蔬菜 芋香紫米露 紅豆、紫米、芋頭、椰奶	乳品	6.1	2.5	2.1	3	1		862
7	四	小米飯 白米、小米-蒸	迷迭香烤雞翅X1 三節雞翅-烤	魷魚丸X2 魷魚丸-烤	紅絲花椰 花椰菜、蔬菜-炒	有機蔬菜 味噌蔬菜湯 蔬菜、味噌、柴魚		6.2	2.6	2.1	3.1	1		881
8	五	義式白醬燻飯 白米、蔬菜、豬肉	蜜汁骰子豬X4 豬肉、長豆-燒	菇菇炒蛋 雞蛋、菇、蔬菜-炒	薑絲海根 海帶根、彩椒、薑-煮	有機蔬菜 巧達濃湯 馬鈴薯、蔬菜、雞蛋、奶粉		6.1	2.7	2	3.2			824
11	一	校慶補假~~放假一天!!!												
12	二	白飯 白米-蒸	古早味肉燥 豬肉、蔬菜、南瓜-煮	香雞肉排X1 香雞肉排-烤	針菇扁蒲 扁蒲、金針菇、蔬菜	標章蔬菜 紫菜蛋花湯 海帶芽、雞蛋		6.1	2.7	2.1	3.1			822
13	三	紫米有機飯 有機白米、紫米-蒸	鮮嫩燒魚排X1 生鮮魚排-烤	蒸蛋 雞蛋-蒸	香拌黃芽 黃芽豆、蔬菜-拌	有機蔬菜 結頭排骨湯 結頭菜、菇、豬肉	乳品	6	2.6	2.2	2.9	1		861
14	四	白飯 白米-蒸	椒鹽叉燒肉X4 豬肉-烤	洋芋炒蛋 雞蛋、馬鈴薯、毛豆-炒	韓式粉絲 冬粉、蔬菜、白芝麻-炒	有機蔬菜 大醬豆腐湯 豆腐、蔬菜、味噌、柴魚		6.3	2.6	2.1	3.2	1		893
15	五	藜麥飯 白米、藜麥-蒸	起司白醬雞 雞肉、蔬菜、馬鈴薯、奶粉、起司粉-煮	雙色花椰 花椰菜、木耳-炒	地瓜薯條X4 地瓜-烤	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁		6.2	2.4	2	3.2			808
18	一	白飯 白米-蒸	照燒豬肉 豬肉、蔬菜、白芝麻-炒	海鮮豆腐煲 豆腐、南瓜、魷魚、蝦仁-煮	鮮菇高麗 高麗菜、菇-炒	標章蔬菜 瓠瓜排骨湯 瓠瓜、蔬菜、豬肉		6.1	2.7	2.1	2.9			813
19	二	雜糧飯 白米、雜糧米-蒸	醬燒鹽酥雞X4 雞肉、長豆-燒	茄汁燻肉丸X1 獅子頭、蔬菜、馬鈴薯-烤	嫩汁白菜 大白菜、蔬菜-煮	標章蔬菜 金針蘿蔔湯 蘿蔔、金針花		6.1	2.7	2.2	3.2			829
20	三	有機白飯 有機白米-蒸	鐵板肉柳 豬肉、蔬菜-炒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒	海結滷豆干 海帶結、豆干-滷	有機蔬菜 玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉	乳品	6	2.6	2.1	3	1		863
21	四	豬肉咖哩炒烏龍 炒烏龍	B B Q 小雞腿 X 2 翅小雞腿-烤	蝦香四季 長豆、木耳、蝦皮-炒	回鍋肉片 豆干、蔬菜、豬肉-炒	有機蔬菜 昆布排骨湯 海帶芽、豬肉		6.1	2.5	2.2	3	1		865
22	五	白飯 白米-蒸	紅燒豬腳 豬肉、豬腳、蔬菜、筍干-滷	關東煮 黑輪、香丸(1個)、蘿蔔-煮	韭香銀芽 豆芽菜、韭菜-炒	有機蔬菜 仙草奶凍 仙草、奶粉		6.2	2.6	2	3.1			819
25	一	芝麻飯 白米、黑芝麻-蒸	糖醋雞丁X4 雞肉、洋蔥、彩椒-燒	總匯肉蓉 豆干、豬肉、蔬菜-炒	蒜香長豆 長豆、蒜、菇-炒	標章蔬菜 鮮蔬排骨湯 蔬菜、豬肉		6.1	2.7	2.1	3.2			826
26	二	白飯 白米-蒸	南洋咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、蔬菜、椰漿-煮	奶香玉米炒蛋 雞蛋、玉米、毛豆、奶粉-炒	海帶三絲 海帶絲、干絲、蔬菜-煮	標章蔬菜 味噌蛋花湯 雞蛋、洋蔥、味噌、柴魚		6.2	2.6	2	3			814
27	三	糙米有機飯 有機白米、糙米-蒸	沙嗲雞 雞肉、蔬菜、花生粉-煮	塔香天婦羅 甜不辣、蔬菜、九層塔-炒	佃煮蘿蔔 蘿蔔、菇-煮	有機蔬菜 海帶湯 海帶芽、油片絲	乳品	6	2.5	2.2	3.1	1		862
28	四	白飯 白米-蒸	泡菜豬肉 豬肉、蔬菜、泡菜-煮	福州丸X1 福州丸、玉米、蘿蔔-煮	開陽高麗 高麗菜、蔬菜、蝦皮-炒	有機蔬菜 大滷湯 豆腐、雞蛋、蔬菜、筍		6.2	2.6	2.3	2.9	1		877
29	五	五穀飯 白米、五穀米-蒸	洋釀雞翅X1 三節雞翅-烤	紅片花椰 花椰菜、紅蘿蔔-炒	味噌凍豆腐 凍豆腐、菇、蔬菜、味噌-煮	有機蔬菜 珍珠醇奶飲 珍珠、奶茶、奶粉	產廢豆漿	6.2	2.6	2.2	3			819

→本菜單內容含有堅果、芝麻、含麩質穀類、大豆等食材，有過敏患者，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. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硫酸鹽等製品及其相關製品

※若因氣候颱風因素，菜單中蔬菜類有些微調整，也請見諒！



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)	
豆類及其製品		魚肉及海鮮		加工食品			
0次	0次	1次	生鮮食材	調理食品	魚肉類	其他	油炸
2次	2次	2次	20次	0次	3次	4次	0次
10次	10次	9次					4次