



廠址: 新北市汐止區福德一路328巷1號  
服務電話: 2792-5757 傳真: 2792-5750

# 食家安114年4月素食菜單

HACCP稽核符合性名單A級認證 本公司已投保南山壹德園產品責任險  
營養師: 陳柏穎 (營養字第007279號)

中正國中

日期	星期	主食	主副菜	蔬菜	附品	全穀 雜糧 (份)	豆魚 蛋肉 (份)	蔬菜 (份)	油脂 鹽類 (份)	水果 (份)	熱量 (大卡)
1	二	<b>胚芽飯</b> 白米+胚芽-蒸	<b>鮮菇炒干絲</b> 干絲+時蔬-煮	<b>糖醋豆皮</b> 豆皮+時蔬-煮	<b>紅仁甘藍</b> 高麗菜+時蔬-炒						843
2	三	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>蒲燒烤麩</b> 烤麩+時蔬-燒	<b>茄子燒豆腐</b> 豆腐+茄子+時蔬-煮	<b>清爽洋芋</b> 馬鈴薯+時蔬-煮						897
★清明兒童連假★											
7	一	<b>糙米飯</b> 白米+糙米-蒸	<b>咖哩豆腐</b> 豆腐+時蔬-炒	<b>京醬麵腸</b> 麵腸+薑片-煮	<b>鮮炒花椰</b> 花椰菜+時蔬-炒						903
8	二	<b>燕麥飯</b> 白米+燕麥-蒸	<b>椰汁豆皮</b> 豆皮+時蔬-燒	<b>酸菜豆腸</b> 酸菜+豆腸+時蔬-煮	<b>黑椒芽菜</b> 豆芽菜+時蔬-煮						837
9	三	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>西式豆包</b> 豆包+時蔬-煮	<b>醬炒素雞</b> 素雞+時蔬-炒	<b>脆炒四季</b> 四季豆+時蔬-炒						901
10	四	<b>海苔香鬆飯</b> 白米+香鬆-蒸	<b>杏片油腐</b> 杏片+油豆腐+時蔬-燒	<b>干丁拌醬</b> 素肉+干丁+時蔬-煮	<b>蔬炒高麗</b> 高麗菜+時蔬-炒						819
11	五	<b>紅藜飯</b> 白米+紅藜米-蒸	<b>醬燒豆腐</b> 豆腐+時蔬-煮	<b>泡菜炒素肚</b> 素肚+泡菜+時蔬-炒	<b>清炒鮮瓜</b> 瓜+時蔬-煮						833
14	一	<b>雜糧飯</b> 白米+雜糧-蒸	<b>三杯豆腸</b> 豆腸+九層塔+時蔬+薑-煮	<b>角螺豆皮燒</b> 豆皮+時蔬-燒	<b>關東煮</b> 油豆腐+時蔬-煮						971
15	二	<b>紫米飯</b> 白米+紫米-蒸	<b>雙菇炒豆皮</b> 豆皮+菇+時蔬-燒	<b>腰果烤麩</b> 腰果+烤麩+時蔬-煮	<b>塔香海茸</b> 海茸+九層塔+時蔬-煮						840
16	三	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>客家小炒</b> 豆干+時蔬-炒	<b>香菇肉燥</b> 豆干+黃豆+素肉+香菇-煮	<b>爆炒白菜</b> 大白菜+時蔬-炒						889
17	四	<b>麥片飯</b> 白米+麥片-蒸	<b>紅燒凍腐</b> 凍豆腐+時蔬-燒	<b>什錦麵輪</b> 麵輪+時蔬-煮	<b>葷菇花椰</b> 花椰菜+菇-炒						822
18	五	<b>野菇義大利麵</b> 麵+菇+時蔬-煮	<b>照燒豆腐</b> 豆腐+時蔬-煮	<b>燉煮皇帝豆</b> 皇帝豆+時蔬-煮	<b>清脆炒筍</b> 筍+時蔬-炒						824
21	一	<b>五穀飯</b> 白米+五穀米-蒸	<b>醬燒油腐X1</b> 油豆腐-燒	<b>菇炒干絲</b> 菇+干絲+時蔬-煮	<b>芝香芽菜</b> 豆芽菜+時蔬-炒						936
22	二	<b>燕麥飯</b> 白米+燕麥-蒸	<b>鮮蔬豆腸</b> 豆腸+時蔬-炒	<b>藜麥毛豆</b> 毛豆+時蔬-煮	<b>鮮炒白菜</b> 白菜+時蔬-炒						838
23	三	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>芝麻蘭花干</b> 白芝麻+蘭花干+時蔬-炒	<b>家鄉豆皮</b> 豆皮+時蔬-燒	<b>翠綠四季</b> 四季豆+時蔬-炒						901
24	四	<b>招牌油飯</b> 糯米+素肉絲+時蔬-蒸	<b>家常豆腐</b> 豆腐+時蔬-煮	<b>薑燒麵輪</b> 麵輪+時蔬-燒	<b>炒花椰</b> 花椰菜+時蔬-炒						838
25	五	<b>雜糧飯</b> 白米+雜糧-蒸	<b>沙茶豆干</b> 豆干+時蔬-煮	<b>◎海苔燒×1</b> 海苔燒-烤	<b>紅絲高麗菜</b> 高麗菜+時蔬-炒						829
28	一	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>滷味拼盤</b> 豆干+時蔬-滷	<b>甜醬素雞</b> 素雞+時蔬-炒	<b>和風蘿蔔</b> 蘿蔔+時蔬-燒						964
29	二	<b>椒香拌麵</b> 麵+時蔬+素絞肉-煮	<b>南瓜子牛蒡排X1</b> 南瓜子+牛蒡排-燒	<b>東坡素肚</b> 素肚+時蔬-煮	<b>咖哩寬粉</b> 寬粉+時蔬-炒						827
30	三	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>麻婆豆腐</b> 豆腐+素絞肉+時蔬-煮	<b>黑豆南瓜</b> 黑豆+南瓜-蒸	<b>飄香燴瓜</b> 瓜+時蔬-煮						872

未使用輻射污染食品

本公司皆全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米，禁止使用基改食品，敬請安心食用

※本菜單含有花生、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適對其過敏體質者食用※