



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