



◎地址:新北市新莊區華福東路86號 ◎服務專線:(02)2996-9305 ◎E-mail:kh9305@gmail.com *本公司全面使用非基因改造米及豆製品 *未使用輻射污染食品 *菜单含有甲殼類、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：黃靖芸(營養字第011869號)

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
1	三	有機白飯 有機白米	洋蔥味增燒肉 豬肉、洋蔥、蔬菜-炒	蘿蔔炆雞 蘿蔔、雞肉、蔬菜-煮	腐皮鮮瓜 鮮瓜、油片、蔬菜-煮	鮮筍瘦肉粥 白米、竹筍、絞肉、蔬菜		6.6	2.6	2.2	2.7	834
2	四	紫米飯 白米、紫米	★酥炸魚排 X1 魚排 X1-炸	肉燥福州丸 X1 福州丸 X1. 豬絞肉、豆干、毛豆-煮	枸杞高麗 高麗菜、木耳、枸杞-炒	鮮菇赤肉羹 蘿蔔、肉絲、鮮菇		6.7	2.5	2.1	2.4	817
3	五	塔香木須 炒粄條 粄條、豬肉、木耳、雞蛋、九層塔	烤肉排 X1 豬排 X1-烤	★麥克雞塊 X2 麥克雞塊 X2-炸	豆豉 小魚鮮筍 竹筍、小魚干、蔬菜、豆豉-炒	波霸奶茶 珍珠、紅茶、奶粉	優酪乳	6.5	2.5	2.2	2.5	810
7	二	大麥仁飯 白米、大麥仁	中秋柚香雞 雞肉、洋蔥、柚子醬-燒	韓式肉茸豆腐 豆腐、豬絞肉、蔬菜-煮	蠣香藻唇片 海帶唇、蔬菜-炒	味噌丸子湯 蘿蔔、賣丸子、味噌		6.5	2.5	2.1	2.5	808
8	三	有機白飯 有機白米	烤醬豬排 X1 豬排 X1-燒	★蘋果酥捲 X1 蘋果酥捲 X1-炸	彩蔬花椰 花椰菜、彩椒-炒	西式濃湯 玉米、雞蛋、蔬菜		6.7	2.5	2.2	2.7	833
9	四	海苔香鬆飯 白米、海苔香鬆	★炸雞腿 X1 雞腿 X1-炸	日式蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	鍋燒白菜 白菜、豆皮、蔬菜-燒	冬瓜山粉圓 山粉圓、冬瓜磚	水果	6.7	2.5	2.1	2.6	826
13	一	芝麻飯 白米、芝麻	甜醬洋釀雞 雞肉、洋蔥、青蔥-燒	鴿蛋滷煮 鴿蛋、麵輪、海帶結-滷	豆酥條豆 條豆、蔬菜、豆酥-炒	韓式大醬湯 豆腐、鮑菇、肉絲		6.5	2.4	2.2	2.5	803
14	二	藜麥飯 白米、白藜麥	和風燒豬 豬肉、蘿蔔-燒	麻香凍腐雞 凍豆腐、雞肉、蔬菜-煮	脆炒時瓜 鮮瓜、木耳、蔬菜-煮	海芽蛋花湯 蔬菜、雞蛋、海芽		6.5	2.5	2.1	2.5	808
15	三	有機白飯 有機白米	★鹽酥雞翅 X1 雞翅 X1-炸	醬爆干絲 干絲、豬肉絲、芹菜、蔬菜-炒	蒜香高麗 高麗菜、蔬菜、蒜-炒	四神湯 洋芋、湯排、山藥、蓮仁		6.8	2.5	2.1	2.6	833
16	四	古早味 油飯 白米、糯米、香菇、肉絲、木耳	滷肉排 X1 豬排 X1-滷	照燒愛心黑輪 X2 愛心黑輪 X2-燒	銀芽彩蔬 豆芽菜、蔬菜-炒	枸杞冬瓜湯 冬瓜、金針菇、枸杞	水果	6.6	2.5	2.1	2.5	815
17	五	胚芽飯 白米、胚芽	京醬炒雞 雞肉、鮑菇、蔬菜-炒	奶香南瓜燉肉 豬肉、南瓜、毛豆-煮	拌炒海絲 海帶絲、蔬菜-炒	小粉圓 紅豆湯 紅豆、小粉圓	鮮奶	6.7	2.5	2	2.5	819
20	一	白飯 白米	蒙古烤肉片 豬肉、高麗菜、豆芽菜、青蔥-炒	★檸香雞柳條 X2 檸香雞柳條 X2-炸	蒟蒻鮮瓜 鮮瓜、蔬菜、蒟蒻-煮	結菜雞湯 結頭菜、雞肉、蔬菜		6.5	2.4	2.2	2.5	803
21	二	燕麥飯 白米、燕麥	黃燜雞 雞肉、洋芋、蔬菜-煮	番茄豆腐蛋 番茄、雞蛋、豆腐-炒	雲耳炒筍 竹筍、木耳、蔬菜-炒	關東煮湯 蘿蔔、油片、鮮菇		6.7	2.5	2.1	2.6	826
22	三	有機白飯 有機白米	麵醬燒豬排 X1 豬排 X1-燒	墨西哥脆薯雞茸 豆薯、雞絞肉、紅藜、青豆、墨西哥香料-炒	紅蘿花椰 花椰菜、蘿蔔-炒	玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋	優酪乳	6.6	2.6	2.2	2.7	834
23	四	卡邦尼蕈菇 螺旋麵 麵、玉米、鮮菇、豬肉、蔬菜	滷雞翅 X1 雞翅 X1-滷	烤魚塊 X2 魚塊 X2-烤	薑絲海根 海帶根、芹菜、薑-炒	綠豆湯 綠豆、參片		6.7	2.4	2	2.5	812
27	一	麥片飯 白米、麥片	孜然雞塊 雞肉、蔬菜、孜然-燒	回鍋肉 豆干片、豬肉、蔬菜-炒	芝香雙芽 黃豆芽、蔬菜、海芽、芝麻-炒	鼎邊餸 板條、豬肉、木耳、蔬菜		6.7	2.5	2.1	2.5	822
28	二	白飯 白米	南瓜咖哩豬 豬肉、南瓜、蔬菜-煮	日式鍋物燒 魚卵捲、黑輪、蘿蔔、鮮菇-燒	開陽高麗 高麗菜、蔬菜、蝦米-炒	鮮茄蛋花湯 蔬菜、雞蛋、番茄		6.7	2.4	2.2	2.4	812
29	三	有機白飯 有機白米	秘醬烤雞排 X1 雞排 X1-烤	奶油玉米總匯 玉米、豬絞肉、蔬菜-炒	腐皮白菜 大白菜、豆皮、蔬菜-煮	榨菜肉絲湯 榨菜、豬肉、冬菜	豆奶	6.7	2.5	2.2	2.6	829
30	四	哨子醬拌麵 麵、番茄、洋蔥、豆干丁、絞肉	壽喜燒豬排 X1 豬排 X1-燒	椒鹽薯絲 X3 薯絲 X3-烤	鮮蔬花椰 花椰菜、蔬菜-炒	仙草 QQ 仙草、QQ圓	水果	6.7	2.4	2	2.5	812
31	五	五穀飯 白米、五穀米	◆泡菜魚 魚肉、白菜、金針菇-煮	肉末四季豆炒蛋 雞蛋、四季豆、豬絞肉-炒	鮮瓜粉絲煲 鮮瓜、粉絲、蔬菜-煮	味噌小魚湯 豆腐、蔬菜、小魚干	鮮奶	6.8	2.4	2.2	2.6	828