



愛欣食品

本校未使用輻射污染食品
本公司所使用生鮮豬肉及其調理
製品之來源皆為台灣豬肉

2023年12月菜單 北投國中

日期	星期	主 食	主 菜	副 菜		湯	附餐	全穀 粗粉	豆魚 肉蛋	蔬 菜	肉類 海鮮	糖 油
12/1	五	五穀飯	鹹水雞 雞胸塊蔬菜<煮>	◎日式魚塊x2 ●虱目魚塊<燒>	白菜滷 白菜蔬菜<滷>	有機 沙茶蔬菜湯 蔬菜		6.0	2.5	2.2	2.3	826
12/4	一	香菇 肉絲油飯	★◎白旗魚排x1 魚排<炸>	紅燒油豆腐 非基改油豆腐<燒>	清炒高麗菜 高麗菜蔬菜<炒>	綠蔬 玉米段雞湯 玉米段帶骨雞塊		6.0	2.5	2.2	2.3	766
12/5	二	白飯	咖哩雞 雞胸塊蔬菜<煮>	福州丸x1 ●福州丸<煮>	雙色花椰菜 白、綠花椰菜蔬菜<炒>	綠蔬 芋頭西米露 椰果西谷米芋頭		6.1	2.5	2.0	2.3	768
12/6	三	麥片飯	◎茶香滷蛋x1 雞蛋<滷>	金瓜肉末豆腐 非基改豆腐南瓜絞肉<煮>	香菇結頭菜 結頭菜香菇<炒>	有機 米粉湯 米粉蔬菜	水果	6.2	2.5	2.3	2.5	852
12/7	四	雜糧飯	蒜香玉米炒雞 雞胸塊非基改玉米<炒>	打拋肉醬 豬肉蔬菜<煮>	芝麻海帶結 芝麻海帶結<煮>	有機 酸辣湯 非基改豆腐蔬菜		6.0	2.3	2.0	2.7	764
12/8	五	薏仁飯	筍干扣肉 筍乾豬肉<燒>	白醬鮮菇嫩雞 雞胸塊鮮菇蔬菜<煮>	蘿蔔煮 蘿蔔蔬菜<煮>	有機 冬瓜排骨湯 冬瓜排骨		6.0	2.1	2.4	2.5	810
12/11	一	紅藜飯	泰式檸檬胡椒雞 雞胸塊蔬菜<煮>	豬肉粉絲 冬粉豬肉蔬菜<煮>	白菜芋頭 白菜芋頭蔬菜<煮>	綠蔬 南瓜湯 南瓜洋芋		6.1	2.7	2.0	2.3	783
12/12	二	燕麥飯	黑胡椒肉柳 豬肉蔬菜<煮>	糖醋烤麩 烤麩蔬菜<燒>	蒜香高麗菜 高麗菜蔬菜蒜<炒>	綠蔬 豚骨味噌湯 豬肉片紫菜非基改玉米豆腐		6.0	2.5	2.2	2.7	784
12/13	三	白飯	塔香雞 雞胸塊蔬菜<煮>	鮮蔬凍豆腐 非基改凍豆腐蔬菜<煮>	蔥酥四季豆 油蔥酥四季豆<炒>	有機 燒仙草 芋圓	水果	6.2	2.3	2.2	2.3	825
12/14	四	芝麻飯	海苔豬排x1 豬排<燒>	玉米絞肉 非基改玉米豬肉蔬菜<煮>	黃瓜精靈菇 黃瓜蔬菜<炒>	有機 紫菜薑絲湯 紫菜薑		6.0	2.5	2.1	2.6	777
12/15	五	麻油雞汁 雙菇拌飯	照燒雞塊 雞胸塊白芝麻蔬菜<煮>	豬肉球x1 ●豬肉球<燒>	蒲瓜木耳 蒲瓜蔬菜<煮>	有機 蔬菜豆腐湯 非基改豆腐蔬菜		6.1	2.3	2.2	2.3	818
12/18	一	薏仁飯	糖醋肉 豬肉蔬菜<煮>	三杯油腐 非基改油腐<燒>	蒜香花椰菜 花椰菜蔬菜蒜<炒>	綠蔬 大滷湯 非基改豆腐蔬菜		6.1	2.5	2.4	2.3	778
12/19	二	白飯	南洋咖哩雞 雞胸塊蔬菜<煮>	豬肉小炒 豬肉非基改豆干魷魚蔬菜<炒>	白菜木耳 白菜蔬菜<滷>	綠蔬 紅豆湯 紅豆		6.2	2.3	2.1	2.7	781
12/20	三	小米飯	冰糖滷雞翅x1 雞翅<滷>	蒜泥白肉 豬肉蔬菜<煮>	蔬炒海帶絲 海帶絲蔬菜<炒>	有機 麵線湯 麵線蔬菜	水果	6.2	2.5	2.4	2.3	845
12/21	四	肉醬 義大利麵	★炸鹹酥雞x3 雞胸塊<炸>	地瓜條x4 地瓜<烤>	菇炒扁蒲 扁蒲蔬菜<炒>	有機 玉米濃湯 非基改玉米		6.1	2.1	2.4	2.3	748
12/22	五	五穀飯	◎味噌燒魚 魚肉蔬菜<煮>	◎醬燒虎皮蛋x1 雞蛋<燒>	炒結頭菜 結頭菜蔬菜<煮>	有機 冬至鹹湯圓 湯圓豬肉蔬菜		6.1	2.5	2.4	2.3	838
12/25	一	芝麻飯	醬燒肉 豬肉蔬菜<燒>	★◎花枝丸x2 ●花枝丸<炸>	蔬炒高麗菜 高麗菜蔬菜<炒>	綠蔬 香菇雞湯 香菇帶骨雞塊蔬菜		6.2	2.1	2.4	2.3	755
12/26	二	薏仁飯	沙茶雞丁 雞胸塊蔬菜<煮>	麻婆豆腐 非基改豆腐豬肉蔬菜<煮>	竹筍蔬炒 竹筍蔬菜<炒>	綠蔬 海芽洋芋湯 海帶芽洋芋		6.2	2.5	2.2	2.5	789
12/27	三	白飯	滷豬排x1 豬排<滷>	九層塔豆雞 非基改素雞蔬菜<炒>	芝麻長豆 芝麻長豆<炒>	有機 鮮菇枸杞湯 鮮菇枸杞蔬菜	水果	6.1	2.1	2.4	2.3	808
12/28	四	麥片飯	泡菜雞肉丼 雞胸塊蔬菜<煮>	京醬肉絲 豬肉蔬菜<煮>	炒花椰菜 花椰菜蔬菜<炒>	有機 味噌豆腐湯 非基改豆腐	豆奶		2.5	2.4	2.3	393
12/29	五	肉鬆蓋飯	蘿蔔燉肉 豬肉蘿蔔<燉>	玉米雞茸 非基改玉米雞肉<煮>	黃瓜木耳 黃瓜蔬菜<炒>	有機 黑糖珍珠甜湯 粉圓		6.1	2.5	2.4	2.3	838

●若因天氣或食材因素須更改菜色食材內容或冷熱甜湯，煩請師生見諒。本菜單含有蝦、芒果、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適宜具過敏體質者食用。

★為炸物標示，◎為過敏原食材標示，●為加工品標示

●愛欣使用玉米及豆製品皆為非基因改造。HACCP廚房：新北市淡水區八勢一街1號/電話：28082036 營養師：莊珣雅

主菜種類及供應頻率<次/月>			主菜食材供應頻率<次/月>			其他食材供應頻率<次/月>			
魚肉	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	副菜加工食品	魚肉蛋類	其他	油炸品	甜湯
海鮮									
2次	7次	11次	21次	0次		4次	0次	3次	4次