



新北食品

113年12月菜單

New Taipei

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非經耐污染食品及非基改食材並符合三零一0規範，敬請安心食用。

電話：(02)24851830 傳真：(02)24806364 地址：新北市三重區國道一段99號。已投保明台產物1億產品責任險。

營業部：陳冠雄(營業字第005647號)、郭顯嘉(營業字第011610)、李瑞豐(營業字第008066)、許正玲(營業字第011822)、陳奕廷(營業字第012095)、陳威銘(營業字第012097)

北投國中



官方帳號

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全蛋雞腿	豆苗雞肉	蔬菜	油麵	水果	熱量
2	一	海苔豚肉炒飯	香嫩豬排X1	膳果雞蓉	鮮菇蒲瓜	蔬菜雞湯		6.2	2.5	2.3	3		814
特餐	日	白米、蔬菜、豬肉、海苔-炒	豬排-燒	玉米、雞肉、紅蘿蔔、膳果-炒	蒲瓜、菇-煮	蔬菜、雞肉							
3	二	芝麻飯	起司白醬燻雞	玉米炒蛋	海帶三絲	味噌湯		6.2	2.6	2.1	2.9		812
		白米、黑芝麻-蒸	雞肉、紅蘿蔔、奶粉、起司粉-煮	雞蛋、玉米、毛豆-炒	海帶絲、蔬菜-煮	蘿蔔、味噌、紫魚							
4	三	有機胚芽飯	匈牙利燻豬	烤魷魚X2	嫩汁白菜	西式濃湯	水果	6.1	2.6	2	3.1	1	872
蔬食	日	有機白米、胚芽-蒸	豬肉、蔬菜、番茄-煎	●魷魚丸、海苔粉-烤	大白菜、蔬菜-煮	南瓜、蔬菜、雞蛋、奶粉							
5	四	糙米飯	★鹹酥雞X4	蝦香白菜	酢醬肉燥	綠豆西米露		6	2.7	2.1	3.3		824
		白米、糙米-蒸	雞肉、長豆-炸	高麗菜、蔬菜、蝦皮-炒	豆干、豬肉、蔬菜-煮	綠豆、西谷米、奶粉							
6	五	白飯	京醬肉絲	炒花椰菜	可樂餅X1	裙帶豆腐湯		6.3	2.5	2	3.1		818
		白米-蒸	豬肉、蔬菜、白芝麻-炒	花椰菜、蔬菜-炒	●可樂餅-烤	海帶芽、豆腐							
9	一	薏仁飯	茄汁燒雞	香滷豆干	木耳高麗	玉米蛋花湯		6.1	2.5	2.2	2.9		800
		白米、小薏仁-蒸	雞肉、馬鈴薯、蔬菜-煮	豆干、海帶絲-湯	高麗菜、木耳-炒	玉米、雞蛋、蔬菜							
10	二	白飯	豚肉壽喜燒	海山醬關東煮	家常扁蒲	麻油雞湯		6.2	2.4	2.2	2.9		800
		白米-蒸	豬肉、蔬菜-煮	●甜不辣、雪輪、蔬菜-煮	扁蒲、蔬菜、蝦皮-炒	凍豆腐、雞肉							
11	三	有機藜麥飯	安東燻雞	蒜炒花椰	三杯泡腐	仙草醇奶	水果	6.1	2.5	2.3	3	1	867
		有機白米、藜麥-蒸	雞肉、馬鈴薯、蔬菜-煮	花椰菜、蒜-炒	油豆腐、菇、豬肉、九層塔-煮	仙草、奶粉							
12	四	白飯	醃醃滷肉	番茄炒蛋	螞蟥上樹	味噌海苔湯		6.1	2.6	2	2.9		803
		白米-蒸	豬肉、豬腳、蔬菜、豆干-湯	雞蛋、豆腐、番茄-炒	蔬菜、冬粉、豬肉-炒	海帶芽、味噌、紫魚							
13	五	雜糧飯	糖醋雞丁X4	紅燒獅子頭X1	日式蘿蔔煮	馬鈴薯燉湯		6.2	2.7	2	3.1		826
		白米、雜糧米-蒸	雞肉、蔬菜、鳳梨-燒	●獅子頭、蔬菜-燒	蘿蔔、玉米、菇-煮	馬鈴薯、紅蘿蔔、排骨							
16	一	白飯	泰式打拋豬	海鮮豆腐煲	肉絲長豆	芹菜蘿蔔湯		6	2.6	2.1	3		809
		白米-蒸	豬肉、蔬菜、九層塔-炒	豆腐、南瓜、魷魚、蝦仁、青豆-煮	長豆、蔬菜、豬肉-炒	蘿蔔、芹菜							
17	二	胚芽飯	奶香雞丁	白蒜條X4	脆炒瓠瓜	味噌豆腐湯		6.3	2.4	2	3.1		811
		白米、胚芽米-蒸	雞肉、蔬菜、奶粉-煎	地瓜-烤	瓠瓜、蔬菜-炒	豆腐、洋蔥、味噌、紫魚							
18	三	有機白飯	★高金魚排	雙色花椰	紅蘿蔔炒蛋	鮮瓜嫩雞湯	水果	6.1	2.7	2.1	3.1	1	882
		有機白米-蒸	六帶鮮魚排-炸	花椰菜、菇-炒	雞蛋、紅蘿蔔-炒	鮮瓜、雞肉							
19	四	蕎麥飯	春川炒雞	韓式高芽	海蛋X1	冬至紅豆湯圓		6.2	2.5	2.3	3		814
		白米、蕎麥-蒸	雞肉、蔬菜、年糕-煮	高豆芽、紅蘿蔔、白芝麻-炒	雞蛋-湯	紅豆、湯圓							
20	五	白飯	鐵板豬柳	清炒白菜	芹香甜不辣	鮮蔬排骨湯	豆漿	6.2	2.4	2.1	3		802
		白米-蒸	豬肉、蔬菜-炒	高麗菜、紅蘿蔔-炒	●甜不辣、芹菜-炒	蔬菜、菇、豬肉							
23	一	義式茄汁肉醬義大利麵	★聖誕卡啦雞排	洋芋炒蛋	薑絲海椒	清甜山粉圓		6.3	2.7	2	3.3		842
特餐	日	麵、蔬菜、豬肉-煮	雞排-炸	雞蛋、洋芋、毛豆-炒	海帶根、菇、薑-煮	山粉圓							
24	二	白飯	和風燻豬	麥克雞塊X2	時蔬粉絲	海帶芽湯		6.3	2.6	1.9	3.1		823
		白米-蒸	豬肉、馬鈴薯、蔬菜-煮	●雞塊-烤	蔬菜、冬粉-炒	海帶芽、洋蔥							
25	三	有機三穀飯	蔥油雞	紅片花椰	回鍋肉	▲玉米濃湯	水果	6.1	2.5	2.2	2.9	1	860
		有機白米、三穀米-蒸	雞肉、蔬菜、蔥-煮	花椰菜、紅蘿蔔-炒	豆干、蔬菜、豬肉-炒	玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉							
26	四	白飯	沙茶豬肉片	蒜香高麗	紹子嫩腐	元氣雞湯		6.1	2.6	2	3		807
		白米-蒸	豬肉、蔬菜-炒	高麗菜、蒜、蔬菜-炒	豆腐、豬肉-煮	南瓜、菇、洋蔥、雞肉							
27	五	小米飯	塔香鮑菇雞	蒸蛋	奶香玉米	金針排骨湯		6.2	2.5	2.1	3		806
		白米、小米-蒸	雞肉、杏鮑菇、九層塔-炒	雞蛋-蒸	玉米、蔬菜、奶粉-炒	鮮瓜、金針花、豬肉							
30	一	白飯	招牌紅燒燻肉	海鮮捲X1	白菜滷	扁蒲菇湯		6.1	2.6	2.2	3.1		817
		白米-蒸	豬肉、番茄、蔬菜-煎	●海鮮捲-烤	大白菜、蔬菜、角饅-煮	扁蒲、菇							
31	二	紫米飯	★酥炸魚排X1	茄汁肉醬洋芋	鮮菇高麗	味噌蛋花湯		6.2	2.5	2	3		807
		白米、黑糯米-蒸	魚排-炸	馬鈴薯、豬肉、番茄、蔬菜-煮	高麗菜、菇-炒	海帶芽、雞蛋、味噌、紫魚							

→本菜單內容含有堅果、芝麻、含麩質穀類、大豆等食材，有過敏體質者，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.亞硝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，敬請見諒！



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)	
豆類及豆制品	魚肉及海鮮	生鮮食材	罐頭食品	加工食品			
0次	2次			魚肉類	其他	油炸	醃漬
豬肉 10次	雞肉 10次	22次	0次	2次	5次	4次	4次