



# 上將食品 115年4月



# 松山家商

◎地址: 新北市新莊區幸福東路86號 ◎服務專線: (02) 2976-9305 ◎E-mail: kh9305@gmail.com \*本公司全面使用非基改玉米及豆製品 \*未使用輻射污染食品  
 \*菜單含有甲殼類、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	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量		
1	三	黑胡椒肉絲烏龍麵 <small>麵, 蔬菜, 豬肉</small>	★鹽酥里肌排 X1 <small>豬排 X1-炸</small>	▲鍋貼 X2 <small>鍋貼 X2-烤</small>	海帶彩絲 <small>海帶絲, 蔬菜-炒</small>	青菜	6.5	2.5	2.1	2.7	817	
2	四	芝麻飯 <small>白米, 芝麻</small>	大滷炒雞 <small>雞肉, 洋葱, 蔬菜-炒</small>	奶香玉米肉蓉 <small>玉米, 豬絞肉, 蔬菜-煮</small>	蝦皮筍片 <small>竹筍, 蝦皮, 蔬菜-煮</small>	青菜	鮮奶	6.6	2.5	2.2	2.4	813
7	二	白飯 <small>白米</small>	日式咖哩豬 <small>豬肉, 洋葱, 蔬菜-煮</small>	海結佃煮雞 <small>雞肉, 海帶結, 蔬菜-煮</small>	雲耳高麗 <small>高麗菜, 木耳-炒</small>	青菜	6.7	2.6	2.2	2.7	841	
8	三	義大利肉醬螺旋麵 <small>螺旋麵, 蔬菜, 絞肉</small>	燒烤雞排 X1 <small>雞排 X1-烤</small>	★炸魚米花 X2 <small>魚丁 X2-炸</small>	蔬炒豆芽 <small>豆芽菜, 蔬菜-炒</small>	青菜	6.6	2.5	2.1	2.6	819	
9	四	燕麥飯 <small>白米, 燕麥</small>	紅燒骰子豬 <small>豬肉, 蘿蔔-燒</small>	南瓜肉茸歐姆蛋 <small>雞蛋, 南瓜, 絞肉, 青豆-炒</small>	鮮炒時瓜 <small>鮮瓜, 蔬菜-炒</small>	青菜	果汁	6.7	2.5	2.2	2.6	829
13	一	白飯 <small>白米</small>	蒲燒魚 X1 <small>鯛魚排 X1-蒸</small>	▲沙嗲雞肉丸 X2 <small>雞肉丸 X2, 洋葱, 蔬菜-煮</small>	紅絲炒筍 <small>竹筍, 蘿蔔, 木耳-炒</small>	青菜	6.6	2.5	2.2	2.4	813	
14	二	糙米飯 <small>白米, 糙米</small>	柴味白玉雞 <small>雞肉, 蘿蔔, 柴魚片-煮</small>	肉茸蒸蛋 <small>雞蛋, 絞肉, 蔬菜-蒸</small>	開陽蒲瓜 <small>蒲瓜, 蔬菜, 蝦米-煮</small>	青菜	6.5	2.4	2.1	2.5	800	
15	三	招牌上海菜飯 <small>白米, 青菜, 豬肉, 鮮菇</small>	嫩汁豬排 X1 <small>豬排 X1-燒</small>	海鮮花枝捲 X2 <small>花枝捲 X2-烤</small>	時蔬花椰 <small>花椰菜, 蔬菜-炒</small>	青菜	6.5	2.6	2.2	2.6	822	
16	四	白飯 <small>白米</small>	蜂蜜糖醋雞 <small>雞肉, 洋葱, 彩椒-燒</small>	豬肉豆腐煲 <small>豆腐, 豬肉, 鮮菇-煮</small>	拌炒海根 <small>海帶根, 蔬菜-炒</small>	青菜	鮮奶	6.5	2.5	2	2.4	801
17	五	雜糧飯 <small>白米, 雜糧米</small>	墨西哥燉豬 <small>豬肉, 洋葱-燉</small>	鴿蛋佛跳牆 <small>筍茸, 豬肉, 鴿蛋 X1, 芋頭-煮</small>	腰果玉米 <small>玉米, 蔬菜, 腰果-炒</small>	青菜	6.8	2.4	2	2.5	819	
20	一	白飯 <small>白米</small>	南洋咖哩雞 <small>雞肉, 南瓜, 蔬菜-煮</small>	沙茶小炒 <small>豆干片, 豬肉絲, 蔬菜-炒</small>	鮮菇長豆 <small>長豆, 鮮菇-炒</small>	青菜	6.8	2.5	2.1	2.5	829	
21	二	胚芽飯 <small>白米, 胚芽</small>	蔥爆豚肉 <small>豬肉, 洋葱, 青蔥-炒</small>	番茄肉末炒蛋 <small>番茄, 雞蛋, 蔬菜, 絞肉-炒</small>	蠔燒海菜 <small>海帶唇, 蔬菜-燒</small>	青菜	6.5	2.5	2.1	2.6	812	
22	三	櫻花蝦香菇油飯 <small>糯米, 白米, 豬肉, 香菇, 蔬菜, 櫻花蝦</small>	香滷雞翅 X1 <small>雞翅 X1-滷</small>	▲燒賣 X2 <small>鮮肉燒賣 X2-蒸</small>	蒟蒻時瓜 <small>鮮瓜, 蒟蒻, 蔬菜-煮</small>	青菜	6.6	2.6	2.2	2.6	829	
23	四	洋蔥仁飯 <small>白米, 洋蔥仁</small>	馬鈴薯燉肉 <small>豬肉, 洋葱-燒</small>	綜合鹽水雞 <small>凍豆腐, 雞肉, 蔬菜-煮</small>	白汁燉菜 <small>大白菜, 絞肉, 蘿蔔-煮</small>	青菜	果汁	6.7	2.4	2.2	2.5	817
24	五	白飯 <small>白米</small>	紅麴醬雞丁 <small>雞肉, 蘿蔔, 小黃瓜-燒</small>	★炸豬肉酥 X3 <small>豬肉 X3-炸</small>	雜菜冬粉 <small>黃豆芽, 冬粉, 海芽, 蔬菜-炒</small>	青菜	6.8	2.5	2	2.5	826	
27	一	紅藜飯 <small>白米, 紅藜</small>	味噌回鍋肉 <small>豬肉, 高麗菜, 蔬菜-炒</small>	莎莎醬燒雞 <small>番茄, 雞肉, 玉米, 蔬菜-燒</small>	油片鮮瓜 <small>鮮瓜, 蔬菜, 油片-煮</small>	青菜	6.5	2.5	2.1	2.4	803	
28	二	蕎麥飯 <small>白米, 蕎麥</small>	芝麻照燒雞 <small>雞肉, 洋葱, 芝麻-燒</small>	▲海苔花枝丸 X2 <small>花枝丸 X2-烤</small>	椒鹽豆段 <small>長豆, 木耳-炒</small>	青菜	6.5	2.4	2.1	2.5	800	
29	三	卡邦尼白醬義大利麵 <small>麵, 蔬菜, 絞肉</small>	醬燒大排 X1 <small>豬排 X1-燒</small>	★▲檸檬雞柳條 X2 <small>雞柳條 X2-炸</small>	彩蔬花椰 <small>花椰菜, 彩椒-炒</small>	青菜	6.7	2.6	2	2.7	836	
30	四	白飯 <small>白米</small>	三杯雞 <small>雞肉, 竹筍, 九層塔-燒</small>	香草薯塊肉茸蛋 <small>雞蛋, 洋葱, 絞肉, 香草-炒</small>	高麗蔬炒 <small>高麗菜, 蘿蔔-炒</small>	青菜	鮮奶	6.7	2.5	2.2	2.6	829

\*公司全面使用非基改玉米及豆製品\*

★表示油炸品 ※本菜單含有海鮮、堅果、奶製品及蛋製品等食材, 有過敏體質者, 敬請小心食用!

主要種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其它分析(次/月)	
蛋料理	海鮮類	豬肉	雞肉	生鮮食材	▲調理肉品/加工品	▲魚肉類加工品	其他類加工品	油炸品	
5次	4次	15次	14次	33次	5次	0次	0次	4次	