



上將食品 114年6月



松山家商

◎地址:新莊區幸福路86號 ◎服務專線:(02)2976-9305 ◎E-mail:sh9305@gmail.com *本公司全面使用非基改玉米及豆製品 *本使用輻射污染食品

*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
2	一	五穀飯 白米、五穀米	蠔燒鮮菇雞 雞肉、洋蔥、鮮菇-燒	金瓜燴蛋 南瓜、雞蛋、絞肉、蔬菜-炒	拌炒海絲 海帶絲、蔬菜-炒	青菜		6.7	2.4	2.3	2.5	819
3	二	白飯 白米	醬滷肉排 X1 豬排 X1-滷	雞茸骰子腐 油豆腐、雞絞肉、蔬菜-燒	蒜香高麗 高麗菜、蔬菜、蒜-炒	青菜		6.7	2.5	2.2	2.4	820
4	三	拿坡里茄汁肉醬麵 麵、番茄、絞肉、蔬菜	紅燒魚排 X1 虱目魚/鮭魚/烏魚排 X1-燒	▲醬淋豬肉丸 X1 豬肉丸 X1、蔬菜-燒	蔥酥豆芽 豆芽菜、蔬菜、紅蔥-炒	青菜		6.7	2.4	2	2.6	816
5	四	紅藜飯 白米、紅藜	鳳梨橙汁豬 豬肉、鳳梨、彩椒-燒	▲雞堡肉排 X1 雞堡肉排 X1-烤	菇燒時瓜 鮮瓜、鮮菇、蔬菜-燒	青菜	鮮奶	6.5	2.4	2.3	2.5	805
6	五	白飯 白米	南乳煨雞 雞肉、蘿蔔、豆乳-煮	杏仁彩蔬肉茸 干丁、絞肉、蔬菜、杏仁-炒	木耳炒竹筍 竹筍、木耳、蔬菜-炒	青菜		6.6	2.5	2.1	2.4	810
9	一	雜糧飯 白米、雜糧米	韓式燉豬肉 豬肉、蔬菜-燉	肉茸蒸蛋 雞蛋、絞肉、蔬菜	塔香海根 海帶根、蔬菜、九層塔-炒	青菜		6.6	2.5	2.2	2.5	817
10	二	芝麻飯 白米、芝麻	鹽蔥焗雞 雞肉、蘿蔔、青蔥-煮	泡菜肉片 大白菜、肉片、茼蒿-炒	蔬炒長豆 長豆、蔬菜、蒜-炒	青菜		6.5	2.6	2.1	2.4	811
11	三	麻香肉絲油飯 糯米、白米、肉絲、香菇、木耳	京醬肉排 X1 豬排 X1-燒	▲燒賣 X2 燒賣 X2-蒸	紅蘿花椰 花椰菜、蘿蔔-炒	青菜		6.8	2.6	2	2.6	838
12	四	白飯 白米	泰式甜雞醬雞球 雞肉、鳳梨、蔬菜-燒	鮮魷拌炒筍 竹筍、魷魚、肉絲、蔬菜-炒	家常煲粉絲 高麗菜、粉絲、蔬菜-炒	青菜	果汁	6.8	2.5	2.1	2.5	829
13	五	胚芽飯 白米、胚芽	蒲燒魚 X1 鯛魚排 X1-蒸	★▲麥克雞塊 X3 雞塊 X3-炸	腐皮鮮瓜 鮮瓜、豆皮、蔬菜、枸杞-煮	青菜		6.7	2.4	2.2	2.4	812
16	一	白飯 白米	日式咖哩雞 雞肉、南瓜、蔬菜-煮	★炸魚條 X2 虱目魚條 X2-炸	白菜滷 大白菜、鮮菇、蔬菜-滷	青菜		6.7	2.4	2.2	2.4	812
17	二	糙米飯 白米、糙米	打拋醬豬肉 豬肉、洋蔥、番茄、九層塔-燒	洋芋炒蛋 雞蛋、絞肉、洋芋、毛豆-炒	醬香炒筍 竹筍、蔬菜-炒	青菜		6.6	2.5	2.1	2.5	815
18	三	白醬葷菇彎管麵 麵、蔬菜、絞肉、鮮菇	烤雞肉捲 X1 雞肉捲 X1-烤	烤豬肉條 X3 豬肉條 X3-烤	清炒高麗 高麗菜、蘿蔔-炒	青菜		6.6	2.4	2	2.6	809
19	四	藜麥飯 白米、白藜麥	★炸豬排 X1 豬排 X1-炸	蒜香甜蔥炒雞 雞肉、洋蔥、小黃瓜-炒	韓式炒雙芽 黃豆芽、蔬菜、海芽-炒	青菜	鮮奶	6.5	2.5	2.1	2.5	808
20	五	白飯 白米	▲三杯米糕雞 雞肉、米血糕、蔬菜-燒	肉燥煲百頁 百頁、絞肉、青蔥-煮	雲耳花椰 花椰菜、木耳、蔬菜-炒	青菜		6.6	2.5	2.1	2.4	810
23	一	地瓜麥片飯 白米、地瓜、麥片	★鹽酥魚排 X1 虱目魚/鮭魚/烏魚排 X1-炸	黑干滷味 蘿蔔、豬肉、黑豆干、海帶-滷	玉米彩蔬 玉米、洋芋、蔬菜-煮	青菜		6.7	2.5	2	2.4	815
24	二	白飯 白米	日式柴魚雞 雞肉、蘿蔔、柴魚片-燒	福菜肉片 筍茸、豬肉、福菜-煮	鮮瓜匯煮 鮮瓜、玉米筍、蔬菜-煮	青菜		6.5	2.5	2.1	2.5	808
25	三	上將招牌菜飯 白米、綠色青菜、鹹豬肉、香菇	台式滷豬排 X1 豬排 X1-滷	▲燒福州丸 X1 福州丸 X1、南瓜、蔬菜-燒	木耳白菜 白菜、木耳、蔬菜-煮	青菜		6.8	2.6	2	2.6	838
26	四	白飯 白米	春川年糕雞 雞肉、年糕、蔬菜-燒	紅蔥肉醬鵪鶉 X1 鳥蛋 X1、絞肉、蔬菜、紅蔥-滷	芹炒海根 海帶根、芹菜、蔬菜-炒	青菜	果汁	6.7	2.5	2.1	2.5	822
27	五	蕎麥飯 白米、蕎麥	卡邦尼洋芋豬 豬肉、洋芋-煮	麻香凍腐雞 凍豆腐、雞肉、高麗菜-煮	絲瓜豆簽 絲瓜、豆簽、蘿蔔-煮	青菜		6.7	2.5	2.2	2.4	820

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
4次	5次	17次	14次	34次	6次	0次	0次	4次