



# 上將食品 114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	豆魚肉	蔬菜	油脂	熱量	
1	二	白飯 白米	咖哩雞 雞肉, 洋芋, 蔬菜-煮	鹹豬肉炒香干 豆干片, 豬肉, 木耳-炒	蒜酥條豆 條豆, 蔬菜, 蒜酥-炒	青菜	6.6	2.5	2	2.4	808
2	三	海苔香鬆蓋飯 白米, 海苔香鬆	鐵道豬排 X1 豬排 X1-燒	★▲檸檬雞柳條 X2 雞柳條 X2-炸	香芋白菜 大白菜, 芋頭, 蔬菜-油	青菜	6.6	2.6	2.2	2.7	834
7	一	白飯 白米	黃燜雞 雞肉, 洋芋, 彩椒-煮	麻婆豆腐 豆腐, 絞肉, 蔬菜-煮	茶葉蛋 帶殼雞蛋 X1-油	青菜	6.8	2.4	2.1	2.5	821
8	二	小米飯 白米, 小米	藥膳豬肉 豬肉, 蘿蔔, 青蔥-燒	什錦炒雞 雞肉, 筍筍, 蔬菜-炒	海味三絲 海帶絲, 蘿蔔, 蔬菜-炒	青菜	6.6	2.4	2.1	2.4	803
9	三	義式茄汁肉醬麵 麵, 豬肉, 番茄, 蔬菜	★▲香酥海鮮排 X1 海鮮魷魚排 X1-炸	杏片地瓜雞 雞肉, 地瓜, 杏仁片-燒	花椰鮑菇 花椰菜, 鮑菇-煮	青菜	6.7	2.4	2.1	2.6	819
10	四	雜糧飯 白米, 雜糧米	和風燒豬 豬肉, 洋蔥, 蔬菜, 柴魚片-煮	▲香雞堡排 X1 香雞堡排 X1-烤	蝦香炒筍 竹筍, 蔬菜, 蝦皮-炒	青菜 鮮奶	6.5	2.5	2.2	2.5	810
11	五	燕麥飯 白米, 燕麥	燒無骨雞排 X1 無骨雞排 X1-燒	筍燒肉片 筍筍, 豬肉, 油片-燒	紅絲芽菜 豆芽, 蘿蔔, 蔬菜-炒	青菜	6.6	2.4	2.2	2.4	805
14	一	胚芽飯 白米, 胚芽	南瓜豬 豬肉, 南瓜, 毛豆-煮	十三香滷雞 雞肉, 四方干, 蔬菜-油	豆酥長豆 長豆, 蔬菜, 豆酥-炒	青菜	6.6	2.5	2	2.5	812
15	二	白飯 白米	橙汁雞丁 雞肉, 洋蔥, 鳳梨-燒	▲燒賣 X2 燒賣 X2-蒸	鮮菇燒瓜 鮮瓜, 鮮菇, 蔬菜-燒	青菜	6.5	2.5	2.1	2.4	803
16	三	招牌上海菜飯 白米, 綠色蔬菜, 豬肉, 香菇	蜜汁魚排 X1 虱目魚排 X1-燒	★▲麥克雞塊 X3 雞塊 X3-炸	白菜滷 大白菜, 蘿蔔, 木耳-煮	青菜	6.5	2.6	2.2	2.7	827
17	四	白飯 白米	滷雞翅 X1 雞翅 X1-油	玉米炒蛋 雞蛋, 絞肉, 玉米, 蔬菜-炒	花生海結 蘿蔔, 海帶結, 花生-油	青菜 果汁	6.6	2.4	2	2.6	809
18	五	蕎麥飯 白米, 蕎麥	孜然燉肉 豬肉, 蘿蔔-燉	沙嗲薯塊雞茸 洋芋, 雞茸, 青豆-炒	紅蘿花椰 花椰菜, 蘿蔔-炒	青菜	6.7	2.4	2.1	2.4	810
21	一	白飯 白米	韓式泡菜雞 雞肉, 自製泡菜, 蔬菜-煮	蕈菇肉絲炒筍 竹筍, 肉絲, 鮮菇-炒	蒜拌海根 海帶根, 芹菜, 蔬菜-炒	青菜	6.5	2.5	2.1	2.5	808
22	二	糙米飯 白米, 糙米	嫩汁豬排 X1 豬排 X1-油	肉茸蒸蛋 雞蛋, 絞肉, 蔬菜-蒸	鮮魷結菜 結頭菜, 魷魚, 蔬菜-煮	青菜	6.7	2.5	2	2.6	824
23	三	藜麥飯 白米, 白藜麥	花瓜雞 雞肉, 蘿蔔, 脆瓜-煮	茄汁嫩腐 豆腐, 豬肉, 番茄, 蔬菜-燒	脆炒豆芽 豆芽, 蔬菜-炒	青菜	6.6	2.5	2.1	2.7	824
24	四	芝麻飯 白米, 芝麻	椰香咖哩豬 豬肉, 洋芋, 蘿蔔-煮	▲照燒雞肉丸 雞肉丸, 洋蔥, 蔬菜, 青豆-燒	釜燒時瓜 鮮瓜, 木耳, 蔬菜-燒	青菜 鮮奶	6.6	2.5	2.1	2.5	815
25	五	卡邦尼蕈菇 義大利麵 麵, 蔬菜, 鮮菇, 絞肉	醬燒雞翅 X1 雞翅 X1-油	★炸豬肉酥 X3 豬肉塊 X3-炸	豆皮白菜 大白菜, 豆皮, 蘿蔔-煮	青菜	6.8	2.5	2.1	2.5	829
28	一	紅藜小麥飯 白米, 紅藜, 小麥	客家筍燜豬蹄 豬肉, 豬蹄, 筍筍-油	洋芋炒雞 雞肉, 洋芋, 毛豆-炒	玉筍燒瓜 鮮瓜, 玉米筍, 蔬菜-燒	青菜	6.6	2.4	2.1	2.6	812
29	二	白飯 白米	義式燒雞 雞肉, 洋蔥, 番茄-燒	回鍋肉片 豆干, 豬肉, 高麗菜, 蔬菜-炒	玉米彩蔬 玉米, 鮮菇, 蔬菜-煮	青菜	6.6	2.5	2	2.5	812
30	三	古早味香菇油飯 糯米, 白米, 香菇, 肉絲, 木耳	烤里肌肉排 X1 豬排 X1-烤	▲珍珠丸 X2 珍珠丸 X2-蒸	清炒花椰 花椰菜, 蔬菜-炒	青菜	6.7	2.4	2	2.7	821

\*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	2次	9次	9次	19次	1次	6次	0次	4次