



上將食品 114年2月



松山家商

◎地址：新北市新莊區幸福東路86號 ◎服務專線：(02)2996-9305 ◎E-mail：kh9305@gmail.com 【本校未使用輻射污染食品】
 *菜單含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等，不適合其過敏體質者食用 *本全面使用非基改玉米及豆製品* ◎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
2/11	二	白飯 白米	奶香洋芋雞 雞肉, 洋芋, 玉米-煮	★炸豬肉酥 X3 豬肉 X3-炸	白菜滷 大白菜, 鮮菇, 蔬菜-煮	青菜		6.6	2.4	2.1	2.4	803
12	三	招牌麻香 油飯 糯米, 白米, 香菇, 豬肉, 木耳	醃醃豬排 X1 豬排 X1-油	照燒脆薯雞 雞肉, 豆薯, 小黃瓜-煮	玉筍鮮瓜 鮮瓜, 玉米筍, 蔬菜-煮	青菜		6.7	2.4	2.2	2.6	821
13	四	白飯 白米	紐澳良雞翅 X1 雞翅 X1-烤	▲家常肉燥丸子 小丸子, 絞肉, 蔬菜-煮	紅絲條豆 條豆, 蘿蔔-炒	青菜 鮮奶		6.5	2.5	2.1	2.4	803
14	五	胚芽飯 白米, 胚芽米	糖醋豬肉 豬肉, 洋蔥, 蔬菜-燒	粟米炒雞粒 雞茸, 玉米, 蔬菜-炒	拌炒海絲 海帶絲, 干絲, 蔬菜-炒	青菜		6.6	2.5	2	2.5	812
17	一	白飯 白米	宮保雞丁 雞肉, 蔬菜, 花生-燒	鮮魷肉絲煲 蔬菜, 魷魚, 肉絲-煮	針菇花椰 花椰菜, 金針菇-炒	青菜		6.6	2.5	2.1	2.5	815
18	二	燕麥飯 白米, 燕麥	★炸豬排 X1 豬排 X1-炸	肉茸蒸蛋 雞蛋, 絞肉, 蔬菜-蒸	炒高麗 高麗菜, 蔬菜-炒	青菜		6.7	2.4	2.2	2.4	812
19	三	義式 茄汁肉醬麵 麵, 番茄, 豬肉, 蔬菜	烤雞排 X1 雞排 X1-烤	番薯燒豬 豬肉, 地瓜, 蘿蔔-燒	鐵板芽菜 豆芽菜, 蔬菜-炒	青菜		6.7	2.5	2.1	2.7	831
20	四	白飯 白米	孜然燉肉 豬肉, 洋芋, 青豆-燉	泰式打拋雞 雞肉, 豆干, 鮮菇, 番茄, 羅勒-煮	柴香結菜 結頭菜, 蘿蔔, 柴魚片-煮	青菜 果汁		6.7	2.4	2.2	2.4	812
21	五	紫米飯 白米, 紫米	港式豆豉雞 雞肉, 蘿蔔, 豆豉-燒	▲烤魚塊 X2 魚塊 X2-烤	枸杞燒瓜 鮮瓜, 鮮菇, 枸杞-煮	青菜		6.5	2.4	2.1	2.4	796
24	一	地瓜麥片飯 白米, 地瓜, 麥片	花生燉豬腳 豬肉, 豬腳, 油豆腐, 花生-油	和風蘿蔔雞 雞肉, 蘿蔔, 蔬菜-煮	韓式粉絲 黃豆芽, 冬粉, 蔬菜-炒	青菜		6.8	2.4	2	2.4	814
25	二	白飯 白米	椰香雞肉 雞肉, 洋芋, 蔬菜, 椰漿-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋, 絞肉, 洋蔥, 蔬菜-炒	開陽炒筍 竹筍, 蔬菜, 蝦米-炒	青菜		6.7	2.4	2.1	2.5	814
26	三	沙茶 肉茸炒飯 白米, 蔬菜, 豬絞肉	醬烤肉排 X1 豬排 X1-烤	★▲雞柳條 X2 雞柳條 X2-炸	豆酥條豆 條豆, 木耳, 蔬菜, 豆酥-炒	青菜		6.6	2.5	2.1	2.7	824
27	四	白飯 白米	▲烤雞肉捲 X1 雞肉捲 X1-烤	黃金泡菜肉片 自製泡菜, 豬肉片, 寧波年糕, 蔬菜-炒	海帶佃煮 蘿蔔, 海帶, 蔬菜, 芝麻-煮	青菜 鮮奶		6.7	2.4	2.1	2.4	810
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				
2次	2次	10次	12次	22次	4次	0次	0次	3次				