

久翔 15年11月菜單

地址：新北市樹林區武林街16-1號 服務電話：02-86753071 HACCP優良廠商 營養師：陳登理(營養字第8359號) 黃偉庭(營養字第8272號) 黃明名(營養字第010671號) 鄭亭理(營養字第12513號)
產品責任險：明台0855第04PD700081(甲殼類、芒果、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類及其製品、為易過敏原，若有過敏體質者，請避免食用。)

昌平國小

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	備註	全蛋 每碗	蛋黃 每碗	肉類 每碗	魚類 每碗	魚蛋 每碗
2	一	白飯 白米	嫩蒸油腐X2 油豆腐(X2)+菇-蒸	蒸蛋 雞蛋-蒸	沙茶海帶 海帶根+紅蘿蔔+沙茶-煮	麵線羹 麵線+筍		5.2	2.4	2.3	2.4	710
3	二	胚芽飯 白米+胚芽米	咖哩燉肉 豬肉+馬鈴薯+紅蘿蔔+咖哩-煮	★蔥燒雞丁 雞肉+洋蔥+木耳-燒	腰果花椰菜 花椰菜+腰果-炒	大醬豆腐湯 豆腐+海帶芽+大醬		5.2	2.5	2.3	2.4	717
4	三	白飯 白米	黑醋燒雞 雞肉+菇+地瓜-燒	★麻醬時蔬炒肉 豬肉+時蔬+麻醬-炒	炒豆芽菜 豆芽菜+韭菜-炒	黃瓜排骨湯 大黃瓜+湯排		5.2	2.4	2.3	2.4	710
5	四	上海菜飯 白米+時蔬+豬肉	●古早味豬排 豬排(X1)-滷	★香酥雞 雞肉+鮑菇-炸	茄汁粉絲 冬粉+洋蔥+豬肉+番茄+魚露-煮	蔬菜蛋花湯 雞蛋+蔬菜		5.3	2.4	2.2	2.3	710
6	五	白飯 白米	●烤雞肉捲 雞肉捲(X1)-烤	清炒甜不辣 甜不辣+韭菜-炒	白菜滷 大白菜+紅蘿蔔+菇-滷	南瓜濃湯 南瓜+雞蛋+紅蘿蔔		5.4	2.3	2.1	2.4	711
9	一	紫米飯 白米+紫米	●莎莎醬魚排 水鯊魚排(X1)+番茄-燒	馬鈴薯炒蛋 雞蛋+馬鈴薯-炒	雙菇時瓜 時瓜+香菇+菇-煮	竹筍排骨湯 筍+湯排		5.3	2.5	2.1	2.4	719
10	二	白飯 白米	三杯雞 雞肉+鮑菇-煮	★佛跳牆 豬肉+大白菜+筍+芋頭-煮	核桃玉米 玉米+時蔬+核桃-炒	酸辣湯 豆腐+金針菇+雞蛋		5.4	2.4	2.3	2.3	719
11	三	麥片飯 白米+麥片	橙汁排骨 豬肉+洋蔥+橙汁-炒	★客家小炒 豬肉+豆干+魷魚-炒	芝麻菜豆 菜豆+紅蘿蔔+芝麻-煮	榨菜肉絲湯 榨菜+豬肉		5.1	2.6	2.1	2.4	713
12	四	金瓜米粉 米粉+南瓜+時蔬+豬肉	●蔥油雞排 雞排(X1)-滷	蘿蔔貢丸 蘿蔔+貢丸-煮	蒜炒高麗 高麗菜+紅蘿蔔-炒	味噌針菇湯 金針菇+海帶芽+味噌		5.3	2.5	2.2	2.3	717
13	五	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	卡邦尼燉肉 豬肉+馬鈴薯+卡邦尼醬-煮	★義式香料雞 雞肉+小黃瓜+鮑菇+綜合香料-炒	木須花椰 花椰菜+木耳-煮	羅宋湯 時蔬+番茄		5.2	2.4	2.2	2.4	707
16	一	台式炒麵 麵+時蔬+豬肉	●滷雞排 雞排(X1)-滷	紅燒獅子頭X1 獅子頭(X1)+白菜-蒸	塔香海茸 海茸+九層塔-煮	肉骨茶湯 結頭菜+菇+湯排	豆奶	5.2	2.5	2.1	2.5	717
17	二	燕麥飯 白米+燕麥	蔥爆肉柳 豬肉+洋蔥-炒	★鹹水雞 筍+雞肉+小黃瓜-煮	香菇白菜 大白菜+香菇-煮	玉米濃湯 玉米+紅蘿蔔+雞蛋		5.1	2.5	2.3	2.3	706
18	三	白飯 白米	沙茶炒雞 雞肉+時蔬+沙茶-炒	★蒜蓉高麗肉片 豬肉+高麗菜+蒜-炒	藥膳冬瓜 冬瓜+枸杞-煮	山藥排骨湯 山藥+馬鈴薯+湯排		5.2	2.4	2.3	2.5	
19	四	糙米飯 白米+糙米	滷豬腳 豬肉+豬腳+蘿蔔-滷	★鍋貼X3 鍋貼(X3)-烤	油燜筍茸 筍茸+麵輪-煮	大滷湯 大白菜+木耳+紅蘿蔔		5.1	2.5	2.1	2.4	705
20	五	白飯 白米	●打拋雞排 雞排(X1)+魚露-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	鐵板豆芽 豆芽菜+紅蘿蔔+黑胡椒-炒	米粉湯 米粉+時蔬+香菇		5.2	2.5	2.1	2.3	708
23	一	蕎麥飯 白米+蕎麥	韓式泡菜燒肉 豬肉+大白菜+泡菜-燒	★鹽酥雞 雞肉+地瓜-炸	雙色花椰 花椰菜+菇-炒	洋蔥味噌湯 洋蔥+海帶芽+味噌		5.1	2.4	2.4	2.3	701
24	二	白飯 白米	●甜醬油魚排 水鯊魚排(X1)-燒	南瓜炒蛋 雞蛋+南瓜-炒	螞蟻上樹 冬粉+時蔬+豬肉+木耳+芝麻-煮	蘿蔔排骨湯 蘿蔔+湯排		5.4	2.5	2.0	2.4	724
25	三	五穀飯 白米+五穀米	京醬肉柳 豬肉+洋蔥-煮	★玉米雞丁 雞肉+玉米-炒	柴魚時瓜 時瓜+紅蘿蔔+柴魚-燒	金針菇雞湯 金針菇+雞骨		5.3	2.4	2.1	2.4	712
26	四	白飯 白米	椒麻雞丁 雞肉+時蔬+魚露-炒	★白菜西魯肉 豬肉+大白菜-煮	菇炒筍丁 筍+菇+毛豆-炒	番茄蛋花湯 雞蛋+番茄		5.2	2.5	2.3	2.5	
27	五	香菇豬肉油飯 白米+糯米+菇+豬肉	●孜然豬排 豬排(X1)+孜然-烤	麥克雞塊X2 雞塊(X2)-烤	炒高麗菜 高麗菜+紅蘿蔔-炒	薑絲冬瓜湯 冬瓜+薑		5.2	2.5	2.0	2.3	705
30	一	白飯 白米	塔香炒雞 雞肉+鮑菇+九層塔-煮	★冬瓜燉肉 豬肉+冬瓜-煮	炒豆芽菜 豆芽菜+紅蘿蔔-炒	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		5.1	2.4	2.4	2.3	701

魚類產品魚刺無法完全剷除，吃魚時請一定要細嚼慢嚥，小心魚刺

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆

☆本公司未使用輻射汙染食品☆



官方網站

facebook

Instagram