

承辦廠商:味安美食股份有限公司 新北市餐食衛證字第11302號 地址:新北市土城區亞洲路20號(1樓)
服務電話:(02)2267-2235
營養師:賴昱辰(營養字第012588號)



幼兒園 114年2月 教室(盒餐)午餐菜單

日期	星期	主食	副菜1	副菜2	副菜3	青菜	湯	全雞	蛋	豆	蔬菜	水果	油類	熱量
2/10	一	茄汁肉醬義大利麵+★鹹酥雞+番茄炒蛋+年糕白菜滷 義大利麵+豬肉+玉米 雞肉60+地瓜20-炸 雞蛋40+番茄10-炒 白菜30+年糕10+紅蘿蔔+黑木耳-燉					青菜	馬鈴薯濃湯 洋蔥+馬鈴薯+奶粉	3.2	2.2	1	1	1.5	497
2/11	二	有機香鬆飯 有機白米+香鬆	照燒嫩肉 豬腩肉60+馬鈴薯-塊	◎關東煮 白蘿蔔20+黑輪10+米血10-煮	鮮菇炒敏豆 杏鮑菇20+敏豆20+洋葱+培根-炒	海帶三絲 海帶絲30+干絲10+紅蘿蔔10-炒	青菜	山藥雞湯 骨腿+山藥	3.3	2.5	1	1	1	498
2/12	三	野菇雞肉炊飯+樹子蒸魚+田園粉絲+珍珠丸*1 白米+雞肉+高麗菜+杏鮑菇 旗魚80-蒸 粉絲5+木耳10+高麗菜10+絞肉-炒 珍珠丸-蒸					青菜	榨菜肉絲湯 榨菜+豬肉絲	3	2.5	1	1	1.2	486
2/13	四	糙米飯 白米+糙米	蜜汁雞腿排 雞腿排150-塊	小瓜素雞 素雞30+小黃瓜20-炒	三色銀芽 豆芽30+火腿絲10+木耳10-炒	高麗菜炒肉末 高麗菜40+絞肉-炒	青菜	玉米排骨湯 玉米+排骨	3.2	2.2	1	1	1	475
2/14	五	玉米飯 白米+玉米粒	鳳梨咕咾肉 豬腩60+紅蘿蔔+鳳梨-塊	滷蛋油腐 水煮蛋55+油豆腐10-滷	三杯海根條 海根條30+豬肉絲10+九層塔-炒	冬瓜燒毛豆 冬瓜30+毛豆10-塊	青菜	大滷湯 豆腐+筍絲+木耳+紅蘿蔔	3.2	2.5	1	1	1	491
2/17	一	日式炒麵+五香翅腿*2+三色干絲+★炸地瓜薯條 油麵+紅蘿蔔+香菇+豬肉絲+洋葱 翅腿-油 干絲20+紅蘿蔔10+木耳10-炒 地瓜薯條-炸					青菜	番茄蛋花湯 番茄+雞蛋+金針菇	3.2	2.5	1	1	1	491
2/18	二	有機小米飯 有機白米+小米	咖哩豬肉片 豬肉片60+洋葱-塊	凍腐花椰 凍豆腐30+白花椰10+青花椰5-煮	玉米肉末 玉米粒40+絞肉10-炒	奶油燉白菜 大白菜40+紅蘿蔔10-燉	青菜	牛蒡排骨湯 牛蒡+排骨	3	2.5	1	1	1.5	500
2/19	三	香菇油飯+★塔香魚丁+番茄炒蛋+三色洋芋丁 糯米+香菇+豬肉絲 水蜜桃70+九層塔-炸 雞蛋40+番茄-炒 馬鈴薯30+土豆10+紅蘿蔔10-炒					青菜	麻油肉片湯 豬肉片+高麗菜	3	2.4	1	1	1.2	481
2/20	四	紅藜飯 白米+紅藜	和風燒雞 雞肉70+白蘿蔔-塊	豆干燒海結 豆干35+海帶結15-滷	金針菇炒肉絲 金針菇30+豬肉絲10-炒	洋葱拌木耳 洋葱30+木耳20-炒	青菜	玉米濃湯 玉米+馬鈴薯+奶粉	3.2	2.5	1	1	1	491
2/21	五	薏仁飯 白米+薏仁	京醬豬柳 豬肉60-塊	甜蔥炒蛋 雞蛋40+洋葱10-炒	洋芋杏菇塊 馬鈴薯30+杏鮑菇20-炒	豬肉餡餅*1 餡餅-烤	青菜	蘿蔔雞湯 骨髓+蘿蔔	3	2.5	1	1	1	477
2/24	一	肉絲蛋炒飯+鮮茄燉雞+螞蟻上樹+四喜烤麩 白米+肉絲+雞蛋 雞肉70+鮮茄-塊 冬粉5+高麗菜20+絞肉-炒 蹄膀15+綠豌豆10+紅蘿蔔10+毛豆5-炒					青菜	大瓜貢丸湯 大黃瓜+貢丸	3	2.5	1	1	1.5	500
2/25	二	有機五穀飯 有機白米+五穀米	味噌燒肉 豬肉60+紅蘿蔔+白蘿蔔+味噌-塊	蟬絲蒸蛋 雞蛋50+蟬絲5-蒸	★芝麻球*1 芝麻球-炸	香料烤蔬菜 馬鈴薯30+白花椰20+南瓜10-烤	青菜	肉羹湯 肉羹+筍絲+木耳	3.2	2.2	1	1	1	475
2/26	三	奶油鮮菇義大利麵+香滷雞腿+◎茄汁甜不辣+翡翠玉米 義大利麵+杏鮑菇+紅蘿蔔+奶粉 雞腿150-油 甜不辣條40+洋葱10+番茄醬-炒 小黃瓜25+玉米粒20-炒					青菜	義式蔬菜湯 西洋芹+馬鈴薯+高麗菜	3.2	2.5	1	1	1	491
2/27	四	紫米飯 白米+紫米	★香酥魚片 水蜜桃魚片80-片	麻婆豆腐 板豆腐50+絞肉-塊	培根高麗菜 高麗菜40+培根5-炒	塔香海藻 海藻30+九層塔+紅蘿蔔-炒	青菜	海苔味噌湯 海苔+味噌仔+豆芽菜+味噌	3.2	2.2	1	1	1.5	497
統計	主菜種類		次/月	副菜食材		次/月								
	魚		3	魚肉加工品		2								
	雞		6	其他加工品		4								
	豬		5											
	主菜食材特性		次/月	其他		次/月								
	生鮮食材		14	油炸次數		5								
		調理食材		0		調理次數	0							

豆製品、味噌、玉米皆為非基因改造

豬肉、牛肉產地:台灣

每餐附1份水果，每日供應有機青菜會搭配菇類、彩椒等食材增加風味

★表示烹調方式為油炸 ◎表示為魚、肉類半成品