

承辦廠商:宏遠食品股份有限公司 HACCP第168號優良廠商
地址:新北市五股區五權路54號
服務電話:(02)8772-8951
營養師:朱家正(營養字第010475號)



主食		主菜	副菜	副菜	青菜	湯	全穀	蛋豆	蔬菜	水果	油脂	熱量	
4/6	四	地瓜有機飯	豉汁滷肉	雞茸炒金粒	鴻喜油腐	有機青菜	紫菜蛋花湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/7	五	沙茶肉絲炒麵+五香雞腿+蒜蓉青花				有機青菜	白玉排骨湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
4/10	一	芝麻有機飯	薑汁肉柳	秀珍菇滷蛋	泡菜年糕	有機青菜	海芽味噌豆腐湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
4/11	二	糙米有機飯	★◎椒鹽蝦排	肉片炒高麗菜	咖哩百頁	有機青菜	鮮筍雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/12	三	瓜仔肉飯+甜蔥肉片+吻魚絲瓜				有機青菜	紫米小湯圓	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
4/13	四	紅藜小米有機飯	蠔油翅腿x3	香菇蒸蛋	肉燥寬粉	有機青菜	山藥排骨湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/14	五	◎義式鯖魚螺旋麵+蜜汁滷肉+西芹干片				有機青菜	南瓜濃湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
4/17	一	芝麻有機飯	★◎酥脆花枝排	翡翠干丁	肉片黃瓜	有機青菜	酸辣湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
4/18	二	胚芽有機飯	嫩汁雞腿	芋香白菜滷	番茄炒蛋	有機青菜	金針肉絲湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/19	三	咖哩雞茸炒飯+醬燒肉排+蒜蓉青花				有機青菜	冬瓜蛤蜊湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
4/20	四	海苔香鬆有機飯	醬烤鯛魚	蔥爆肉茸豆腐	豚肉炒高麗	有機青菜	菜脯雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/21	五	白醬肉茸通心粉+迷迭香燉肉+柴魚蒸蛋				有機青菜	羅宋湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
4/24	一	芝麻有機飯	★◎黃金魚條x3	螞蟻上樹	豬肉炒葫蘆	有機青菜	鮮菇豆腐味噌湯	5.5	2.1	2.0	1.0	2.2	752
4/25	二	小米有機飯	蒜燒豬柳	古早味蒸蛋	韭香甜不辣	有機青菜	黑糖綠豆豆花	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/26	三	古早味肉絲油飯+香滷雞腿+金粒干丁				有機青菜	四神湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.2	734
4/27	四	五穀有機飯	咖哩肉片	小魚干片	素肚滷蛋	有機青菜	黃芽雞湯	5.0	2.3	2.1	1.0	2.3	739
4/28	五	芝香豚肉炒烏龍+安東燉雞+夯烤地瓜x1				有機青菜	巧達濃湯	5.2	2.1	2.0	1.0	2.3	735
豆製品、味噌、玉米皆為非基因改造					▲豬肉、牛肉原產地：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							