



全盛美食15年4月菜單慈文國中

◎公司地址：新北市樹林區保安街三段1巷1號 電話：02-26884900 ◎營養師：許金鳳、陳雅婷、劉雅菁、藍雯琪、呂湘鈴、林湘庭

★本公司豬肉及其製品全面使用國產肉、全面使用非基改玉米及豆製品，請大家安心食用★ 本公司未使用輻射污染食品，請大家安心食用★

★菜單中含有甲殼類、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，不適合同過敏體質者食用★

星期	日期	主 食	主 菜	副 菜	湯 品	附 餐	全蛋類	蛋肉類	油類類	蔬菜類	熱 量	
1	三	白醬海鮮焗烤飯 白米、海鮮(Q)、乳酪絲	香草里肌豬排 豬排(S)、義大利香料-滷(X1)	香濃芋泥包 芋泥包(S)-蒸(X1)	彩繪花椰 花椰菜(S)、時蔬(Q)-炒	履歷	南瓜濃湯 南瓜(Q)、紅蘿蔔(TAP)、雞蛋(噴印)	6 3	2 6	2 7	2 1	8 0
2	四	~親職教育日補假~										
3	五	~兒童節&清明節連假~										
6	一											
7	二	燕麥飯 白米、燕麥	香酥魚排 魚排(S)-炸(X1)	蒜泥鮮蔬肉片 豆芽菜(Q)、豬肉(S)、蒜粗-燒	玉米三色 玉米(Q)、紅蘿蔔(TAP)、毛豆仁(TAP)-炒	有機	日式味噌湯 豆腐、海帶芽、味噌	6 3	2 7	2 7	2 2	8 0
8	三	白飯 白米	醬油雞腿 雞腿(S)-滷(X1)	紅燒油豆腐 油豆腐、紅蘿蔔(TAP)-燒	茼蒿鮮瓜 鮮瓜(Q)、茼蒿-炒	季節青菜	竹筍排骨湯 竹筍(Q)、排骨(S)	6 1	2 8	2 7	2 2	8 4
9	四蔬食	什錦炒米粉 米粉、時蔬(Q)	味噌凍豆腐 凍豆腐、鮮菇(Q)-燒	滑嫩蒸蛋 雞蛋(噴印)-蒸	拌炒海帶 海帶、紅蘿蔔(TAP)-炒	有機	紅豆粉粿 紅豆(TAP)、粉粿	6 2	2 7	2 7	2 2	8 8
10	五	白飯 白米	麻油雞 雞肉(S)、鮮菇(Q)、麻油-燉	柴魚甜不辣 甜不辣(S)、時蔬(Q)、柴魚-燒	肉末粉絲煲 冬粉、紅蘿蔔(TAP)、豬肉(S)-炒	有機	羅宋湯 蕃茄(Q)、玉米(Q)、洋蔥(Q)	6 4	2 8	2 7	2 1	8 2
13	一	玉米飯 白米、玉米(Q)	甘甜花瓜豬 豬肉(S)、紅蘿蔔(TAP)、麻油瓜-燉	洋蔥炒蛋 雞蛋(噴印)、洋蔥(Q)-炒	木耳炒豆芽 豆芽菜(Q)、木耳(Q)-炒	履歷	高麗菜雞湯 高麗菜(Q)、雞骨(S)	6 2	2 8	2 6	2 2	8 6
14	二	白飯 白米	蜜汁雞排 雞排(S)-滷(X1)	時蔬炒黑輪 黑輪(S)、時蔬(Q)-炒	紅片花椰菜 花椰菜(S)、紅蘿蔔(TAP)-炒	有機	玉米濃湯 玉米(Q)、馬鈴薯(Q)、雞蛋(噴印)	6 3	2 8	2 7	2 1	8 5
15	三	主廚豬肉油飯 糯米、豬肉(S)、香菇	紅燒豬排 豬排(S)-燒(X1)	脆皮花枝丸+酥炸地瓜碰 花枝丸(S)(X2)、地瓜碰(X1)-炸	木耳時瓜 時瓜(Q)、木耳(Q)-炒	季節青菜	金針肉絲湯 金針、豬肉(S)	6 1	2 8	2 7	2 1	8 1
16	四	地瓜飯 白米、地瓜(TAP)	蜜烤蒲燒魚 蒲燒魚(Q)-烤(X1)	和風蘿蔔雞 白蘿蔔(Q)、雞肉(S)、味噌-燒	紅蘿四季豆 四季豆(TAP)、紅蘿蔔(TAP)-炒	有機	海帶排骨湯 海帶、排骨(S)	6 1	2 8	2 7	2 2	8 4
17	五	白飯 白米	筍乾扣肉 豬肉(S)、筍乾、梅乾菜-燉	玉米雞茸豆干 玉米(Q)、豆干、雞肉(S)-炒	蒜香藻唇片 藻唇片、蒜粗-炒	有機	黑糖山粉圓 山粉圓、QQ圓、黑糖	6 2	2 7	2 7	2 2	8 3
20	一	白飯 白米	蠔油鮮菇雞 雞肉(S)、鮮菇(Q)-燒	三杯米糕豬 豬血糕(S)、豬肉(S)、九層塔-燒	毛豆竹筍 竹筍(Q)、毛豆仁(TAP)-炒	履歷	紅茄豆腐湯 蕃茄(Q)、豆腐、雞蛋(噴印)	6 2	2 7	2 7	2 1	8 1
21	二	薏仁飯 白米、洋薏仁	咖哩豬 豬肉(S)、馬鈴薯(Q)、咖哩-燉	蔥燒豆腐 豆腐、紅蘿蔔(TAP)、蔥-燒	翠炒高麗菜 高麗菜(Q)、木耳(Q)-炒	有機	雙色蘿蔔湯 白蘿蔔(Q)、紅蘿蔔(TAP)	6 2	2 7	2 7	2 2	8 3
22	三	青醬豬肉義大利麵 義大利麵、豬肉(S)、洋蔥(Q)	西西里烤翅 雞翅(S)-烤(X1)	火烤可樂餅+金黃雞柳條 可樂餅(S)、雞柳條(S)-烤(X1)	芝麻炒海帶 海帶、紅蘿蔔(TAP)、白芝麻-炒	季節青菜	時瓜排骨湯 時瓜(Q)、排骨(S)	6 3	2 7	2 7	2 2	8 0
23	四	白飯 白米	烤肉醬豬肉 豬肉(S)、洋蔥(Q)、烤肉醬-炒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋(噴印)、紅蘿蔔(TAP)-炒	鮮菇燉瓜 鮮瓜(Q)、鮮菇(Q)-燉	有機	蔬菜燉湯 南瓜(Q)、玉米(Q)、紅蘿蔔(TAP)	6 3	2 7	2 7	2 2	8 0
24	五	蕎麥飯 白米、蕎麥	香酥雞腿 雞腿(S)-炸(X1)	馬鈴薯肉醬 馬鈴薯(Q)、豬肉(S)、洋蔥(Q)-炒	蒜炒敏豆 敏豆(TAP)、紅蘿蔔(TAP)、蒜粗-炒	有機	銀耳桂圓湯 白木耳、桂圓肉	6 3	2 8	2 6	2 1	8 1
27	一	白飯 白米	麻婆豆腐鮮魚 魚肉(Q)、豆腐-燒	脆皮豬肉酥 豬肉(S)-炸(X3)	拌炒洋芋絲 馬鈴薯(Q)、紅蘿蔔(TAP)-炒	履歷	綠豆包心粉圓 綠豆、包心粉圓	6 3	2 8	2 7	2 1	8 5
28	二	玉米飯 白米、玉米(Q)	日式照燒雞 雞肉(S)、玉米(Q)、鮮菇(Q)-燒	蕃茄滑蛋 雞蛋(噴印)、蕃茄(Q)-炒	炒花椰菜 花椰菜(S)、紅蘿蔔(TAP)-炒	有機	海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋(噴印)、味噌	6 1	2 8	2 7	2 2	8 4
29	三	紅蔥雞肉蓋飯 白米、雞肉(S)、紅蔥末	金黃豬排 豬排(S)-炸(X1)	鮮肉燒賣 燒賣(S)-蒸(X2)	鮮菇竹筍 竹筍(Q)、鮮菇(Q)、時蔬(Q)-炒	季節青菜	鮮瓜豬肉湯 鮮瓜(Q)、豬肉(S)	6 1	2 8	2 7	2 1	8 1
30	四	白飯 白米	沙茶翅小腿 翅小腿(S)-燒(X2)	魷魚炒冬粉 冬粉、洋蔥(Q)、魷魚(O)-炒	菇炒大頭菜 大頭菜(O)、鮮菇(O)-炒	有機	酸辣湯 豆腐、竹筍、雞蛋(噴印)、木耳(O)	6 4	2 8	2 7	2 2	8 5