



全盛美食15年8+9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、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，不適合過敏體質者食用★

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯品	附餐	全蛋類	雞肉類	海鮮類	蔬菜類	熱量
8/31	一	玉米飯 白米、玉米(Q)	<Big> 香酥豬排 豬排(S)-炸(X1)	鮑菇炒素雞 素雞、杏鮑菇(Q)-炒	雙色花椰菜 花椰菜(S)、紅蘿蔔(TAP)-炒	履歷 時瓜雞湯 時瓜(Q)、雞骨(S)		5	2	2	2	7
								2	7	6	2	3
9/1	二	 白飯 白米	和風燒嫩雞 雞肉(S)、時蔬(Q)、味噌-燒	甜蔥炒蛋 雞蛋(追溯)、洋蔥(Q)-炒	鮮菇高麗 高麗菜(Q)、鮮菇(Q)-炒	有機 銀耳桂圓湯 白木耳、桂圓肉		5	2	2	2	7
								2	7	7	1	4
2	三	白飯 白米	<Big> 醬淋魚排 【幸福餐B】魚排(S)-燒(X1)	茄汁燉肉 豬肉(S)、蕃茄(Q)-煮	茼蒿炒海帶 海帶、茼蒿-炒	季節 青菜 筍仔湯 竹筍(Q)、金針菇(Q)	水果	5	2	2	2	7
								1	8	6	2	3
3	四	海苔香鬆飯 【獨享包】 	豬肉燒賣 燒賣(S)-蒸(X2)	鮮魷冬粉煲 冬粉、時蔬(Q)、魷魚(S)-炒	菇炒扁蒲 扁蒲(Q)、鮮菇(Q)、木耳(TAP)-炒	有機 日式味噌湯 豆腐、海帶芽、味噌	豆奶	5	2	2	2	7
								0	8	7	2	3
4	五	薏仁飯 白米、洋薏仁	京醬豬柳 豬柳(S)、洋蔥(Q)-煮	香蔥蒸蛋 雞蛋(追溯)、蔥-蒸	白菜滷 大白菜(Q)、紅蘿蔔(TAP)-煮	有機 南洋肉骨茶 時蔬(Q)、排骨(S)、肉骨茶包		5	2	2	2	7
								1	7	7	2	3
7	一	白飯 白米	蔥鹽燒雞 雞肉(S)、白蘿蔔(Q)、蔥-燒	麻婆豆腐 豆腐、絞肉(S)-煮	毛豆筍片 竹筍(Q)、毛豆仁(TAP)、木耳(TAP)-炒	履歷 綜合芋圓撞奶 地瓜圓、芋圓、奶粉		5	2	2	2	7
								2	8	7	1	8
8	二	糙米飯 白米、糙米	泰式打拋豬 豬肉(S)、洋蔥(Q)、九層塔-炒	南瓜炒蛋 雞蛋(追溯)、南瓜(Q)-炒	蒜香四季豆 四季豆(TAP)、紅蘿蔔(TAP)、蒜-炒	有機 玉米濃湯 洋芋(Q)、玉米(Q)、雞蛋(追溯)		5	2	2	2	7
								0	7	6	2	5
9	三	 白醬豬肉 義大利麵 義大利麵、時蔬(Q)、豬肉(S)	<Big> 火烤雞腿 雞腿(S)-烤(X1)	花枝丸+ 金黃可樂餅 花枝丸(S)-烤(X2)+可樂餅(S)-烤(X1)	脆炒花椰 花椰菜(S)、時蔬(Q)-炒	季節 青菜 鮮瓜豬肉湯 時瓜(Q)、豬肉(S)	水果	5	2	2	2	7
								1	8	7	1	4
10	四	白飯 白米	傳香滷豬肉 豬肉(S)、海帶-滷	玉米雞茸干丁 豆干、玉米(Q)、雞絞肉(S)-炒	肉醬冬瓜 冬瓜(Q)、豬肉(S)-煮	有機 金針雞湯 金針、雞骨(S)		5	2	2	2	7
								1	8	6	2	3
11	五	胚芽飯 白米、胚芽米	<Big> 檸檬雞翅 檸檬雞翅(S)-烤(X1)	鹹香菜脯蛋 雞蛋(追溯)、菜脯、毛豆仁(TAP)-炒	櫻花蝦甘藍 高麗菜(Q)、木耳(TAP)、櫻花蝦-炒	有機 銀蘿排骨湯 白蘿蔔(Q)、排骨(S)		5	2	2	2	7
								2	7	7	2	3
14	一	麥片飯 白米、麥片	<Big> 酥炸雞腿 雞腿(S)-炸(X1)	咖哩雞肉粉絲 冬粉、時蔬(Q)、雞肉(S)-炒	腐皮時瓜 時瓜(Q)、腐皮-炒	履歷 竹筍雞湯 竹筍(Q)、雞骨(S)		5	2	2	2	7
								0	8	7	2	7
15	二	白飯 白米	黃燜鮮魚 魚肉(S)、洋芋(Q)、時蔬(Q)-煮	蒜苗炒豆干 豆干、豬肉(S)、蒜苗(Q)-炒	彩繪銀芽 豆芽菜(Q)、紅蘿蔔(TAP)-炒	有機 海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋(追溯)		5	2	2	2	7
								2	8	7	1	8
16	三	雜糧飯 白米、燕麥、麥片	<Big> 烤翅小饅 翅小饅(S)-烤(X2)	蘑菇豬肉 豬肉(S)、洋蔥(Q)、洋菇-燒	豆皮白菜 大白菜(Q)、豆皮、木耳(TAP)-煮	季節 青菜 紅茄肉茸湯 時蔬(Q)、蕃茄(Q)、絞肉(S)	水果	5	2	2	2	7
								1	7	6	2	2
17	四	白飯 白米	芋香燜肉 豬肉(S)、芋頭(Q)-煮	蕃茄滑蛋 雞蛋(追溯)、洋蔥(Q)、蕃茄(Q)-炒	芹炒海帶 海帶、芹菜(Q)-炒	有機 味噌蔬菜湯 時蔬(Q)、味噌		5	2	2	2	7
								2	8	7	1	8
18	五	蕎麥飯 白米、蕎麥	芝麻照燒雞 雞肉(S)、洋蔥(Q)、芝麻-燒	古早味肉羹 時蔬(Q)、肉羹(S)、香菇-煮	什錦玉米 時蔬(Q)、玉米(Q)、紅蘿蔔(TAP)-炒	有機 紅豆QQ湯 紅豆(TAP)、QQ圓		5	2	2	2	7
								2	7	7	2	3
21	一	白飯 白米	香蔥爆肉絲 豬肉(S)、時蔬(Q)、蔥-炒	金黃玉米蛋 雞蛋(追溯)、玉米(Q)、紅蘿蔔(TAP)-炒	鮮瓜麵線 時瓜(Q)、麵線、木耳(TAP)-煮	履歷 海味雞湯 海帶、雞骨(S)		5	2	2	2	7
								1	8	7	2	4
22	二	燕麥飯 白米、燕麥	<Big> 醬香雞排 雞排(S)-燒(X1)	柴魚肉燥油腐 油豆腐、絞肉(S)、柴魚-燒	豆沙包 豆沙包(S)-蒸(X1)	有機 綠豆西米露 綠豆、西谷米		5	2	2	2	7
								2	7	6	2	3
23	三	什錦烏龍麵 烏龍麵、時蔬(Q)、豬肉(S)	<Big> 蒜味豬排 【幸福餐C】豬排(S)-滷(X1)	麥克雞塊+ 烤地瓜薯條 雞塊(S)-炸(X2)、地瓜薯條(TAP)-炸(X3)	鮮炒竹筍 竹筍(Q)、鮮菇(Q)、紅蘿蔔(TAP)-炒	季節 青菜 蔬菜蛋花湯 時蔬(Q)、雞蛋(追溯)		5	2	2	2	7
								2	7	6	1	6
24	四	白飯 白米	柴魚燒雞 雞肉(S)、時蔬(Q)、柴魚-燒	雪蓮子燒豆干 豆干、雪蓮子-燒	黑耳高麗 高麗菜(Q)、木耳(TAP)-炒	有機 酸辣湯 豆腐、竹筍、雞蛋(追溯)		5	2	2	2	7
								1	8	7	2	4
25	五	~中秋&教師節快樂~										
28	一											
29	二	薏仁飯 白米、洋薏仁	<Big> 糖醋豬排 豬排(S)、鳳梨-燒(X1)	香滷大溪干 豆干、雞絞肉(S)、毛豆仁(TAP)-滷	鮮菇敏豆 敏豆(TAP)、鮮菇(Q)-炒	有機 大頭菜雞湯 結頭菜(Q)、雞骨(S)		5	2	2	2	7
								0	7	6	2	5
30	三	白飯 白米	<Big> 蔥燒魚排 【幸福餐B】魚排(S)、蔥-燒(X1)	沙茶年糕雞 雞肉(S)、年糕、芝麻、沙茶-煮	炒葫蘆瓜 扁蒲(Q)、腐皮、木耳(TAP)-炒	履歷 蘿蔔肉末湯 白蘿蔔(Q)、絞肉(S)		5	2	2	2	7
								2	7	6	1	6

菜單標示：【幸福A餐】大肉排+散塊肉；【幸福B餐】魚排+散塊肉；【幸福C餐】特色主食+大肉排