

新北市新店區文山國中
114年02月份午餐菜單(葷)

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯		
2/11	二	白飯	壽喜燒肉	腐皮白菜	蜜汁豆干	有機青菜	味噌豆腐湯		
		白米	肉角+洋蔥	大白菜+腐皮	四分干+杏鮑菇		板豆腐+味噌		
2/12	三	炒米粉	滷豬排*1	塔香油豆腐		產銷履歷青菜	鹹湯圓		
		米粉+豆芽菜+肉絲	大排	油豆腐+九層塔			紅白湯圓+鮮菇		
2/13	四	麥片飯	蔥爆魚丁	南瓜起司炒蛋	螞蟻上樹	產銷履歷青菜	結頭菜排骨湯		
		白米+麥片	魚丁+板豆腐+洋蔥	雞蛋+南瓜+起司	冬粉+高麗菜+絞肉		結頭菜+龍骨丁		
2/14	五	糙米飯	坦都里雞	義式杏鮑菇	客家小炒	產銷履歷青菜	紅豆紫米湯		
		白米+糙米	雞丁+馬鈴薯	杏鮑菇+馬鈴薯+洋蔥	豆干片+肉絲		紅豆+紫米		
2/17	一	小米飯	紅燒燉肉	茄汁甜條	韭菜豆芽	產銷履歷青菜	冬瓜大骨湯		
		白米+小米	肉角+白蘿蔔	甜不辣+洋蔥	綠豆芽+韭菜		冬瓜+龍骨丁		
2/18	二	糙米飯	沙茶魚丁	紅蘿蔔炒蛋	玉米肉末	有機青菜	香菇雞湯		
		白米+糙米	魚丁+凍豆腐	雞蛋+紅蘿蔔	玉米粒+絞肉		鮮菇+雞丁		
2/19	三	茄汁義大利麵	★鹽酥雞	關東煮		產銷履歷青菜	玉米大骨湯		
		烏龍麵+絞肉+三色豆	清肉丁+地瓜薯條	白蘿蔔+海帶結+油豆腐			玉米粒+龍骨		
2/20	四	胚芽飯	筍干豬腳	田園花椰	奶香洋芋	產銷履歷青菜	綠豆湯		
		白米+胚芽米	肉角+豬腳丁+筍干	青花菜+紅蘿蔔	馬鈴薯+紅蘿蔔+奶粉		綠豆		
2/21	五	薏仁飯	滷雞翅*1	開陽白菜	紅燒豆腐	產銷履歷青菜	薑絲海芽湯		
		白米+洋薏仁	雞翅	大白菜+蝦米	板豆腐+絞肉		海帶芽+薑絲		
2/24	一	麥片飯	香菇肉燥	紅片高麗	泰式粉絲	產銷履歷青菜	雙色蘿蔔湯		
		白米+麥片	絞肉+鮮菇	高麗菜+紅蘿蔔	冬粉+綠豆芽+木耳+九層塔		白蘿蔔+紅蘿蔔		
2/25	二	白飯	咖哩雞	醬燒豆腐	薑絲冬瓜	有機青菜	芋頭西米露		
		白米	雞丁+馬鈴薯	板豆腐+絞肉+青蔥	冬瓜+薑絲		芋頭+西谷米		
2/26	三	鮮菇炒飯	★香酥魚排*1	香滷黑干		產銷履歷青菜	玉米濃湯		
		白米+鮮菇+肉絲	魚排	黑干+鮮菇			玉米粒+馬鈴薯+奶粉		
2/27	四	糙米飯	三杯雞丁	蕃茄炒蛋	芝香雙芽	產銷履歷青菜	冬瓜魚丸湯		
		白米+糙米	雞丁+米血糕	雞蛋+蕃茄	黃豆芽+海帶芽+芝麻		冬瓜+魚丸		
2/28	五	二二八和平紀念日放假一天							

教育部-學校午餐食物內容及營養基準

單位：每人每日應供應份數(一週平均值)

備註1：菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。

備註2：部份菜餚含有蝦米、芒果、花生、牛奶、雞蛋、堅果、芝麻、麵製品、大豆、魚類等食材，不適合對其過敏體質者食用。

備註3：本校午餐所使用之豬肉來源：台灣，皆使用CAS台灣優良農產品。

備註4：本校未使用輻射汙染食品。

備註5：每日午餐菜色可至“食材登錄平台”網站查閱。<http://lunch.twfoodtrace.org.tw>

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		也分析(次/月)
豆類及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品
						魚肉類	其他	
0	1	5	4	10	0	2	1	2

本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司