

新北市新店區文山國中
112年2月份午餐菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯	附餐
2/13	一	小米飯 白米+小米	蘿蔔滷肉	腐皮白菜 白菜+木耳+腐皮	麻醬干丁 干丁+紅蘆筍+毛豆仁+芝麻醬	產銷履歷青菜	冬瓜大骨湯 冬瓜+龍骨丁	
2/14	二	胚芽飯 白米+胚芽米	蒲燒魚丁 魚 丁+洋葱 +豆腐	泰式寬粉 寬冬粉+鴻豆芽(本季)+檸檬汁+九層塔+香菜	沙茶海茸 海茸+紅蘆筍	有機青菜	摩摩喳喳 紫米+芋頭+椰奶	水果
2/15	三	上海菜飯 白米+肉絲+青江菜+三色豆	洋蔥豬柳 肉柳+洋葱	木耳蒲瓜 蒲瓜+木耳	0	產銷履歷青菜	冬菜黃芽湯 冬菜+黃豆芽+龍骨丁	
2/16	四	糙米飯 白米+糙米	竹筍燒雞 清雞丁 +竹筍+紅蘆筍	麻油凍豆腐 凍豆腐 +高麗菜+杏鮑菇	雙色花椰 青花菜+白花菜+紅蘆筍	產銷履歷青菜	肉羹清湯 大白菜+木耳+肉羹	水果
2/17	五	白飯 白米	梅干扣肉 肉角+筍干+梅干菜	韭菜豆芽 綠豆芽+肉絲+韭菜	蘿蔔麵輪 白蘆筍+麵輪	產銷履歷青菜	枸杞黃瓜湯 大黃瓜+枸杞+龍骨丁	
2/18	六	藜麥飯 白米+紅藜麥	香滷雞翅*1 雞翅	蕃茄炒蛋 雞蛋 +蕃茄 +豆腐	★黃金雙薯 薯條+地瓜薯條	產銷履歷青菜	味噌豆腐湯 豆腐+味噌	
2/20	一	芝麻飯 白米+芝麻	京醬燒肉 肉角+洋葱+彩椒	菜脯蛋 雞蛋 +菜脯+蔥	鮮菇結頭菜 鮮菇+結頭菜	產銷履歷青菜	玉米大骨湯 玉米+白蘆筍+龍骨丁	
2/21	二	蕎麥飯 白米+蕎麥	紫蘇梅燒雞 雞丁+地瓜+紫蘇梅	木耳黃瓜 大黃瓜+木耳	塔香油腐 油豆腐 +九層塔	有機青菜	紅豆湯 紅豆	水果
2/22	三	培根義大利麵 烏龍麵+培根+三色豆+洋葱+ 奶酪	★香酥魚排*1 魚排	紅絲高麗 高麗菜+紅蘆筍	0	產銷履歷青菜	羅宋湯 蕃茄+馬鈴薯+洋葱+西芹	
2/23	四	紫米飯 白米+紫米	燒烤醬肉片 肉片+杏鮑菇+洋葱	絲瓜冬粉煲 絲瓜+粉絲+木耳	茄汁甜條 甜不辣+彩椒+洋葱	產銷履歷青菜	香菇雞湯 雞丁+香菇+白蘆筍	水果
2/24	五	白米 白米	坦都里雞 清雞丁 +馬鈴薯+紅蘆筍	螞蟻上樹 冬粉+絞肉+綠豆芽	薑燒冬瓜 冬瓜+絞肉+薑絲	產銷履歷青菜	大滷湯 板豆腐+大白菜+木耳+紅蘆筍	
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）								國中
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、花生、芝麻、堅果、香菇、牛奶、雞蛋等食材，不適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)		分析(次)
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	

本校中央廚房承攬廠商：**統鮮美食股份有限公司**