



# 全盛美食115年5月菜單 文林國小

◎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、全面使用非基因改造玉米及豆製品，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★

歡迎掃描QR-Code

填寫午餐問卷



★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	全級	5年級	4年級	3年級	2年級	1年級
~勞動節放假一天~												
4	一	白飯 白米	香菇燜雞 雞肉、時蔬、香菇、燒	筍香豆腐 豆腐、竹筍、煮	洋芋玉米 洋芋、玉米、紅蘿蔔、毛豆仁、炒	履歷蔬菜 蕃茄、洋蔥、豬肉		5	2	2	2	7
5	二	胚芽飯 白米、胚芽米	塔香肉片 豬肉、鮮菇、九層塔、炒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔、炒	蒟蒻海帶 海帶、蒟蒻絲、炒	有機蔬菜 冬瓜、洋蔥、薑絲	水果	5	2	2	2	7
6	三	白飯 白米	南瓜燒雞 雞肉、南瓜、毛豆仁、煮	時蔬佐肉片 時蔬、豬肉、蔥、炒	腐皮白菜 大白菜、腐皮、紅蘿蔔、煮	履歷蔬菜 竹筍、排骨		5	2	2	2	7
7	四	什錦炒麵 麵、時蔬、豬肉	糖醋豬排 豬排(X1)、鳳梨、燒	香炒豆干片 豆干片、小魚乾、香菇、炒	鮮菇扁蒲 扁蒲、鮮菇、木耳、炒	履歷蔬菜 時蔬、雞蛋		5	2	2	2	7
8	五	燕麥飯 白米、燕麥	酸甜檸檬魚 魚肉、彩椒、檸檬汁、煮	馬鈴薯肉醬 馬鈴薯、絞肉、洋蔥、煮	雙色花椰菜 青花、白花、時蔬、炒	履歷蔬菜 米粉、時蔬、香菇		5	2	2	2	7
11	一	白飯 白米	塔香雞排 雞排、九層塔、燒(X1)	蕃茄雞茸豆腐 豆腐、蕃茄、雞絞肉、煮	蒜味海絲 海帶絲、蒜、炒	履歷蔬菜 豆薯、雞骨		5	2	2	2	7
12	二	香蔥豬肉炒飯 白米、時蔬、豬肉	竹筍炒蛋 雞蛋、竹筍、炒	炸可樂餅 可樂餅、炸(X1)	清炒四季豆 四季豆、紅蘿蔔、炒	有機蔬菜 豆腐、海帶芽、味噌	豆奶	5	2	2	2	7
13	三	蕎麥飯 白米、蕎麥	芝麻地瓜豬 豬肉、地瓜、芝麻、燒	結頭菜佐雞肉 結頭菜、雞肉、紅蘿蔔、燒	針菇時瓜 時瓜、金針菇、木耳、炒	履歷蔬菜 時蔬、雞骨		5	2	2	2	7
14	四	白飯 白米	香橙鮮魚 魚肉、洋蔥、柳橙汁、煮	蒸蛋 雞蛋、蒸	菇燒白菜 大白菜、鮮菇、紅蘿蔔、煮	履歷蔬菜 時瓜、豬肉		5	2	2	2	7
15	五	胚芽飯 白米、胚芽米	蜜汁雞翅 雞翅、滷(X1)	什錦粉絲 冬粉、豬肉、時蔬、炒	毛豆竹筍 竹筍、毛豆仁、炒	履歷蔬菜 白蘿蔔、排骨		5	2	2	2	7
18	一	白飯 白米	藥膳燉肉 豬肉、時蔬、藥膳、燉	豆薯炒蛋 雞蛋、豆薯、毛豆仁、炒	蒜香四季豆 四季豆、金針菇、木耳、炒	履歷蔬菜 結頭菜、雞骨		5	2	2	2	7
19	二	雜糧飯 白米、燕麥、麥片	五香翅小腿 翅小腿、滷(X2)	炸醬肉燥 絞肉、豆干、毛豆仁、煮	麻油高麗菜 高麗菜、鮮菇、麻油、煮	有機蔬菜 玉米、馬鈴薯、雞蛋	水果	5	2	2	2	7
20	三	薏仁飯 白米、洋薏仁	醬淋魚條 魚條、燒(X2)	鹽蔥燒雞 雞肉、時蔬、蔥、燒	花生滷海帶 海帶、花生、滷	履歷蔬菜 時瓜、金針菇		5	2	2	2	7
21	四	蘑菇肉醬義大利麵 義大利麵、時蔬、豬肉、蘑菇	蒜香豬排 豬排、燒(X1)	烤海苔薯球 薯球、烤(X3)	玉筍花椰菜 花椰菜、玉筍、紅蘿蔔、炒	履歷蔬菜 竹筍、雞肉		5	2	2	2	7
22	五	白飯 白米	照燒雞丁 雞肉、鮮菇、洋蔥、煮	茄汁魷魚冬粉 冬粉、洋蔥、魷魚、蕃茄、炒	醬燒冬瓜 冬瓜、豬肉、香菇、煮	履歷蔬菜 豆腐、海帶芽、味噌		5	2	2	2	7
25	一	胚芽飯 白米、胚芽米	味噌燒雞 雞肉、時蔬、味噌、燒	玉米蒸蛋 雞蛋、玉米、蒸	鮑菇結頭菜 結頭菜、杏鮑菇、木耳、炒	履歷蔬菜 金針、排骨		5	2	2	2	7
26	二	白飯 白米	鹽酥魚丁 魚肉、炸(X3)	柴魚油豆腐 油豆腐、柴魚片、煮	清炒鮮瓜 鮮瓜、紅蘿蔔、煮	有機蔬菜 海帶芽、雞蛋		5	2	2	2	7
27	三	麥片飯 白米、麥片	烤肉醬嫩雞 雞肉、鮮菇、烤肉醬、燒	蘿蔔佐豬肉 白蘿蔔、豬肉、煮	鮮菇炒筍 竹筍、鮮菇、木耳、炒	履歷蔬菜 豆腐、蕃茄		5	2	2	2	7
28	四	白飯 白米	豆豉燜肉 豬肉、時蔬、豆豉、燜	照燒豆干 豆干、芝麻、滷	蔥爆高麗菜 高麗菜、紅蘿蔔、木耳、蔥、炒	履歷蔬菜 豆腐、竹筍、雞蛋、木耳		5	2	2	2	7
29	五	客家炒飯條 飯條、時蔬	沙茶雞排 雞排、燒(X1)	地瓜薯條 地瓜薯條、烤(X3)	三杯海茸 海茸、九層塔、煮	履歷蔬菜 白蘿蔔、紅蘿蔔		5	2	2	2	7
年級		115年5月用餐日期										餐費
1、2年級		5/5.12.19.(26) 一年級3餐165元										4*55=220元
3、4年級		5/4.5.7.11.12.14.18.19.21.25.26.28										12*55=660元
5、6年級		5/4.5.7.8.11.12.14.15.18.19.21.22.25.26.28.29										16*55=880元
日期	廠商	全盛	久翔	辦公室 葷、素、餐各40及30人份								
5月份		一、三、五年級 特教班、課後班、社團	二、四、六年級	久翔 全盛								