



全盛美食115年6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

歡迎掃描QR-Code
填寫午餐問卷



★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、含麸質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等，不適過過敏體質者食用★

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	
1	一	白飯 白米	鹽酥魚排 魚排-炸(X1)	年糕佐豬肉 年糕、時蔬、豬肉-炒	木耳結頭菜 結頭菜、木耳-炒	履歷蔬菜	山藥排骨湯 山藥、排骨、時蔬	5	2	2	2	73
2	二	薏仁飯 白米、洋薏仁	椰香咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、咖哩、椰漿-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	清炒鮮瓜 鮮瓜、紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	味噌湯 豆腐、海帶芽、味噌	5	2	2	2	74
3	三	糙米飯 白米、糙米	藥膳燉雞 雞肉、時蔬、紅棗-燉	玉米炒干丁 豆干、玉米、時蔬-炒	肉燥四季豆 四季豆、絞肉-炒	履歷蔬菜	竹筍肉絲湯 竹筍、豬肉	5	2	2	2	73
4	四	白飯 白米	香橙豬柳 豬肉、洋蔥、柳橙汁-煮	彩蔬豆包 豆包、時蔬-炒	香蔥高麗 高麗菜、紅蘿蔔、蔥-炒	履歷蔬菜	金針雞湯 金針、雞骨	5	2	2	2	73
5	五	什錦炒米粉 米粉、時蔬	香草翅小腿 翅小腿、義大利香料-烤(X2)	柴魚蘿蔔佐豬肉 白蘿蔔、豬肉、柴魚-燒	洋菇燒豆腐 豆腐、洋菇-燒	履歷蔬菜	豆薯蛋花湯 豆薯、雞蛋	5	2	2	2	73
8	一	雜糧飯 白米、燕麥、麥片	壽喜燒鮮魚 魚肉、洋蔥、鮮菇-燒	沙茶黑豆干 黑豆干、沙茶醬-燒	白菜滷 大白菜、紅蘿蔔、香菇-煮	履歷蔬菜	酸辣清湯 豆腐、竹筍、雞蛋	5	2	2	2	74
9	二	白飯 白米	茄汁凍豆腐 凍豆腐、時蔬-燒	南瓜炒蛋 雞蛋、南瓜-炒	肉燥豆芽 豆芽菜、絞肉、時蔬-炒	有機蔬菜	芹香蘿蔔湯 白蘿蔔、芹菜	5	2	2	2	72
10	三	燕麥飯 白米、燕麥	芝麻醬肉片 豬肉、時蔬、芝麻醬-煮	香蔥鮮蔬佐雞肉 時蔬、雞肉、蔥-燒	針菇拌海帶 海帶、金針菇-炒	履歷蔬菜	蕃茄時蔬湯 時蔬、蕃茄、玉米	5	2	2	2	74
11	四	青醬義大利麵 義大利麵、時蔬、洋菇	蔥油雞翅 雞翅-滷(X1)	炸薯餅 薯餅-炸(X2)	玉筍花椰菜 花椰菜、玉米筍-炒	履歷蔬菜	冬瓜排骨湯 冬瓜、排骨	5	2	2	2	73
12	五	白飯 白米	蒜香豬排 豬排-燒(X1)	雞茸炒冬粉 冬粉、洋蔥、雞絞肉-炒	毛豆竹筍 竹筍、毛豆仁-炒	履歷蔬菜	時蔬薏仁湯 時蔬、洋薏仁	5	2	2	2	74
15	一	玉米飯 白米、玉米	鹽水風味雞 雞肉、白蘿蔔-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋、洋蔥、毛豆仁-炒	海帶干絲 海帶、豆干絲-炒	履歷蔬菜	鮮瓜金菇湯 時瓜、金針菇	5	2	2	2	73
16	二	香鬆鮮菇炒飯 白米、鮮菇、香鬆	炸魚排 魚排-炸(X1)	肉茸豆腐 豆腐、絞肉、蔥-煮	清炒高麗菜 高麗菜、紅蘿蔔、木耳-炒	有機蔬菜	玉米洋芋湯 洋芋、玉米、雞蛋	5	2	2	2	74
17	三	蕎麥飯 白米、蕎麥	蘑菇豬柳 豬肉、蘑菇-煮	地瓜薯條 地瓜薯條-烤(X3)	枸杞冬瓜 冬瓜、鮮菇、枸杞-煮	履歷蔬菜	海帶雞湯 海帶、雞骨	5	2	2	2	73
18	四	白飯 白米	照燒雞丁 雞肉、鮮菇-燒	咖哩肉醬 洋芋、絞肉、咖哩-煮	芝麻四季豆 四季豆、芝麻-炒	履歷蔬菜	味噌蔬菜湯 時蔬、味噌	5	2	2	2	74
19	五	~端午節放假一天~										
22	一	豬肉烏龍麵 烏龍麵、時蔬、豬肉	橙汁豬排 豬排、柳橙汁-燒(X1)	可樂餅 可樂餅-烤(X1)	木耳筍片 竹筍、木耳-炒	履歷蔬菜	扁蒲雞湯 扁蒲、雞骨	5	2	2	2	74
23	二	燕麥飯 白米、燕麥	蕃茄洋芋燉雞 雞肉、洋芋、蕃茄-燉	什錦粉絲 冬粉、時蔬、絞肉-炒	紅片青花菜 青花菜、紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋	5	2	2	2	73
24	三	白飯 白米	豆豉燒肉 豬肉、時蔬、豆豉-燒	時蔬佐雞肉 時蔬、雞肉-燒	蒟蒻時瓜 時瓜、蒟蒻-炒	履歷蔬菜	玉米雞茸湯 玉米、時蔬、雞絞肉	5	2	2	2	73
25	四	糙米飯 白米、糙米	白醬奶香魚 魚肉、南瓜-煮	塔香油豆腐 油豆腐、九層塔-燒	白菜佐肉片 大白菜、鮮菇、豬肉-炒	履歷蔬菜	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔、排骨	5	2	2	2	74
26	五	白飯 白米	炸豬肉酥 豬肉-炸(X3)	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔、蔥-炒	香炒海茸 海茸、時蔬-炒	履歷蔬菜	金針菇湯 金針、鮮菇	5	2	2	2	73
29	一	地瓜飯 白米、地瓜	海南鮮蔬雞 雞肉、時蔬-煮	打拋肉醬 絞肉、豆干、蕃茄、九層塔-燒	炒馬鈴薯絲 馬鈴薯、紅蘿蔔、木耳-炒	履歷蔬菜	高麗蛋花湯 高麗菜、雞蛋	5	2	2	2	74
30	二	~結業式~放暑假囉!!										

年級	115年6月用餐日期	餐費		
1、2年級	6/2.9.16.23	4*55=220元		
3、4年級	6/1.2.4.8.9.11.15.16.18.22.23.25.29	13*55=715元		
5、6年級	6/1.2.4.5.8.9.11.(12.15.16.18.22.23.25.26.29)六年級共7餐385元	16*55=880元		
日期	廠商	久翔	全盛	辦公室 葷、素、餐各40及30人份
6月份		一、三、五年級 特教班、課後班、社團	二、四、六年級	久翔 全盛