



雙翼食品 115年2月菜單

文青國小



符合三章一Q提供非基改食物，本菜單皆使用國產豬肉，本校未使用輻射污染食品，產地:台灣

地址:新北市樹林區志愛街3號.電話:02-26895506.營養師:李素卿(營養字第2703號).張殊總(第4985號).方慈麗(第8670號).李賢蒂(第011132號)

◎本菜單可能含有蝦、芒果、花生、奶類、蛋、堅果、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品等政府公告之11大易致過敏原料，不適合對其過敏體質者食用，食用前請各位師生特別注意。

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	副餐	全穀	豆魚	蔬菜	油脂	熱量
23	一	白飯 白米	豬排 豬排*1 煮	肉骨茶燉雞 蘿蔔、雞肉 煮	紅蔥豆芽 豆芽、紅蔥 煮	履歷青菜	味噌湯 海芽、蛋、味噌		5.4	2.5	2.1	2.3	722
24	二	燕麥飯 白米、燕麥	酸菜魚 魚丁、酸菜 燒	玉米肉蓉 玉米、豬肉、時蔬 煮	炒甘藍菜 高麗菜、木耳 炒	有機青菜	鮮瓜豬肉湯 黃瓜、豬肉		5.3	2.4	2.2	2.4	714
25	三	白飯 白米	瓜仔肉 豬肉、刈薯、碎瓜 煮	照燒洋蔥雞 洋蔥、雞肉 煮	炒海帶根 海帶根 煮	季節青菜	酸辣湯 豆腐、木耳、紅蘿蔔		5.5	2.4	2.2	2.3	724
26	四	麥片飯 白米、麥片	彩椒雞丁 雞肉、彩椒 炒	紅仁炒蛋 紅蘿蔔、蛋 炒	蒜香條豆 條豆、蒜 煮	有機青菜	結頭大骨湯 結頭菜、大骨		5.4	2.4	2.1	2.3	714