



全盛美食115年5月菜單頂埔國小

◎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、周詩祐、劉雅菁、藍雯琪、林映汝、劉彥伶、李賢蒂

★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★

日期	星期	主食	主菜	副菜			湯品	附餐	全蛋類	豆魚肉蛋類	油脂類	蔬菜類	熱量
4	一	胚芽飯 白米、胚芽	橙汁豬肉 豬肉、洋蔥、紅蘿蔔-煮	塔香干片 豆干、紅蘿蔔、九層塔-炒	豬肉鍋貼X2 鍋貼-炸	履歷	木耳白菜湯 白菜、木耳		5 .	2 .	3 .	1 .	7 4
5	二	蕎麥飯 白米、蕎麥	玉米雞丁 雞肉、玉米-煮	沙茶豆腐 豆腐、紅蘿蔔-煮	★蝦香冬瓜 冬瓜、紅蘿蔔、蝦皮-炒	有機	榨菜針菇排骨湯 金針菇、排骨、榨菜		5 .	2 .	2 .	2 .	7 4
6	三	翡翠豬肉炒飯 白米、絞肉、洋蔥、小白菜、雞蛋	◆椒鹽海鮮排X1 海鮮排-炸	刺瓜雞 刺瓜、雞肉、紅蘿蔔-煮	紅片花椰菜 花椰菜、紅蘿蔔-炒	履歷	山粉圓甜湯 山粉圓		5 .	2 .	3 .	2 .	7 4
7	四	香Q米飯 白米	招牌肉燥 豬肉、豆薯、紅蘿蔔、毛豆-煮	綿密蒸蛋 雞蛋-蒸	炒高麗菜 高麗菜、木耳-炒	履歷	海結雞骨湯 海結、雞骨		5 .	2 .	2 .	2 .	7 3
8	五	●三島香鬆飯 白米、三島香鬆	照燒雞排X1 雞排-煮	麻婆豆腐 豆腐、絞肉、紅蘿蔔-煮	雙絲敏豆 敏豆、洋芋、紅蘿蔔-炒	履歷	青木瓜排骨湯 青木瓜、排骨		5 .	2 .	2 .	2 .	7 4
11	一	薏仁飯 白米、薏仁	京醬肉柳 肉柳、洋蔥、韭菜-煮	★醬燒海鮮捲X1 蝦捲-煮	清炒梨瓜 梨瓜、紅蘿蔔-炒	履歷	味噌海芽湯 海芽、雞骨、味噌		5 .	2 .	2 .	2 .	7 2
12	二	香Q米飯 白米	滷香雞翅X1 雞翅-滷	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒	肉燥豆芽 豆芽菜、木耳、絞肉-炒	有機	南瓜濃湯 南瓜、洋芋、紅蘿蔔		5 .	2 .	2 .	1 .	7 4
13	三	狀元油飯 白米、糯米、絞肉、紅蘿蔔、廣嘴豆、乾香菇	蒜泥豬肉 豬肉、高麗菜、蒜-煮	筍香麵輪 筍、麵輪、紅蘿蔔-煮	豆沙包X1 豆沙包-蒸	履歷	好彩頭蘿蔔湯 白蘿蔔、芹		5 .	2 .	2 .	2 .	7 5
14	四	糙米飯 白米、糙米	鹹酥雞 雞肉-炸	蔥燒豆腐 豆腐、木耳、蔥-煮	油蔥扁蒲 扁蒲、紅蘿蔔、油蔥-炒	履歷	杏鮑菇排骨湯 杏鮑菇、排骨		5 .	2 .	3 .	2 .	7 3
15	五	●芝麻飯 白米、芝麻	黑胡椒豬排X1 豬排-滷	五香大溪豆干 大溪豆干、紅蘿蔔-煮	蔬菜粉絲煲 白菜、冬粉、紅蘿蔔、木耳-煮	履歷	番茄蔬菜雞骨湯 番茄、雞骨、洋蔥、玉米筍		5 .	2 .	2 .	2 .	7 4
18	一	麥片飯 白米、麥片	烤肉醬翅小腿X2 翅小腿-煮	豆薯滑蛋 雞蛋、豆薯-炒	薑炒絲瓜 絲瓜、紅蘿蔔、薑-炒	履歷	黃芽排骨湯 黃豆芽、排骨、紅蘿蔔		5 .	2 .	2 .	2 .	7 3
19	二	燕麥飯 白米、燕麥	味噌肉片 肉片、金針菇-煮	酸菜豆腐 豆腐、紅蘿蔔、酸菜-煮	★蝦香白菜 白菜、紅蘿蔔、蝦皮-炒	有機	刺瓜雞骨湯 刺瓜、雞骨		5 .	2 .	2 .	2 .	7 2
20	三	客家板條 板條、豬肉、高麗菜、木耳	糖醋雞丁 雞肉、洋蔥、青椒-煮	豉香油腐 油豆腐、紅蘿蔔、豆豉-炒	蒜香海帶絲 海帶絲、紅蘿蔔、蒜-炒	履歷	筍香排骨湯 筍、排骨		5 .	2 .	2 .	2 .	7 4
21	四	香Q米飯 白米	◆香炸虱目魚排X1 虱目魚排-炸	玉米肉醬 玉米、絞肉、豆干、洋蔥-煮	雙色花椰菜 花椰菜-炒	履歷	結菜雞骨湯 結頭菜、雞骨		5 .	2 .	3 .	2 .	7 5
22	五	胚芽飯 白米、胚芽	紅燒肉 豬肉、白蘿蔔、紅蘿蔔-滷	◆鍋煮黑輪片X1 黑輪片-滷	蛋酥高麗菜 高麗菜、雞蛋-炒	履歷	小米麥片甜湯 麥片、小米	豆奶	5 .	2 .	2 .	1 .	7 4
25	一	香Q米飯 白米	●芝香雞翅X1 雞翅、芝麻-煮	斑斕咖哩凍豆腐 凍豆腐、紅蘿蔔-煮	雙色洋芋 洋芋、紅蘿蔔-煮	履歷	南洋肉骨茶湯 金針菇、排骨、木耳、蒜、肉骨茶包		5 .	2 .	2 .	1 .	7 3
26	二	紫米飯 白米、紫米	◆豆瓣魚丁 魚肉、冬瓜、紅蘿蔔-煮	麥克雞塊X2 麥克雞塊-炸	紅絲高麗菜 高麗菜、紅蘿蔔-炒	有機	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋、洋蔥		5 .	2 .	3 .	1 .	7 4
27	三	菇菇豬肉炒飯 白米、絞肉、杏鮑菇、洋蔥、紅蘿蔔	卡茲豬排X1 豬排-炸	蜜汁小方干 四分干-滷	鐵板銀芽 豆芽菜、紅蘿蔔、木耳-炒	履歷	梨瓜雞骨湯 梨瓜、雞骨		5 .	2 .	3 .	2 .	7 4
28	四	蕎麥飯 白米、蕎麥	大馬海南雞 雞肉、小黃瓜、蕃茄-煮	◆白菜花枝羹 白菜、花枝羹、木耳-煮	沙茶海茸 海茸、紅蘿蔔-炒	履歷	味噌豆腐湯 豆腐、味噌		5 .	2 .	2 .	2 .	7 2
29	五	薏仁飯 白米、薏仁	蔥爆肉柳 肉柳、洋蔥、蔥-炒	古早味蒸蛋 雞蛋-蒸	肉末扁蒲 扁蒲、紅蘿蔔、絞肉-炒	履歷	麵線糊 麵線、木耳、紅蘿蔔		5 .	2 .	2 .	1 .	7 4

★含有過敏原蝦米、蝦仁等海鮮類配料◆含有過敏原小魚乾、魚等海鮮類配料●含有過敏原芝麻、花生等配料

◎大馬海南雞：新鮮番茄與雞肉燉煮，加入蒜及香茅等香辛料提味，整體呈現出酸鹹清爽的南洋風味

◎斑斕咖哩凍豆腐：斑斕葉是東南亞常見的香辛料，烹煮時會散發芋香，加入凍豆腐，配上東南亞調味，味道層次豐富