



新北食品 110年2月素食菜單

*本公司使用之生鮮食材均為國產及非基改並符合三章一Q規範，敬請安心食用。

厚德國小



地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、李紅均(營養字第010709號)、潘純霞(營養字第010569號) 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 已投保明台產物(德產)產品責任險

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全餐 總價	玉米 濃湯	蔬菜	油類	水果	熱飲	奶 類	附 註
18	四	白飯 白米-蒸	番茄魚豆腐 素魚豆腐、番茄-煮	彩繪玉米 玉米、豆薯、紅蘿蔔、毛豆-炒	豆包銀芽 豆芽菜、木耳、彩椒、豆包絲-炒	肉骨茶湯 高麗菜、素肉骨茶包	水果	6.3	2.6	2.4	2.6			823	265 850
19	五	五穀飯 白米、五穀米-蒸	沙嗲豆包 豆包、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	素佛跳牆 大白菜、紅蘿蔔、芋頭、 素排骨酥-煮	小瓜玉筍 小黃瓜、玉米筍、木耳-炒	素丸海芽湯 素丸、海帶芽、味噌		6.6	2.6	2.5	2.5			799	240 845
20	六 (三)	白飯 白米-蒸	拌飯素八寶 豆薯、◎素絞肉、花瓜、香菇-煮	乾煸菜豆 菜豆、紅蘿蔔、◎白芝麻-炒	塔香海茸 海茸、九層塔-炒	山藥燉湯 山藥、馬鈴薯、枸杞		6.2	2.4	2.8	2.6			704	260 855
22	一	麥片飯 白米、麥片-蒸	五香滷細腐 細腐、香菜-滷	芝香牛蒡 牛蒡絲、黑芝麻-炒	雙色花椰 花椰菜-炒	芹香蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜	水果	5.8	2.4	2.4	2.9	1		844	255 870
23	二	茄汁 義大利麵 義大利麵、番茄、玉米、 青豆、素絞肉-煮	香嫩素魚排 素鯧魚排-烤	清甜黃瓜 大黃瓜、紅蘿蔔-炒	椒香毛豆莢 毛豆莢、黑胡椒-炒	玉米濃湯 玉米粒、紅蘿蔔、馬鈴薯、椰奶	豆漿	5.9	2.5	2.8	2.6			704	260 860
24	三	胚芽飯 白米、胚芽米-蒸	咖哩百頁 百頁豆腐、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	孜然豆干 豆干、小黃瓜、彩椒、白芝麻-炒	豆絲津白 大白菜、豆包絲-炒	味噌豆腐湯 板豆腐、海帶芽、◎噌		6.2	2.4	2.4	2.7			796	255 875
25	四	白飯 白米-蒸	哨子豆腐 板豆腐、素絞肉-煮	和風 照燒排 素肉排-燒	鮮炒蕪菁 結頭菜、紅蘿蔔、木耳-炒	冬瓜煲湯 冬瓜、金針菇、薑絲	水果	6	2.3	2.5	2.6	1		832	235 845
26	五	薏仁飯 白米、薏仁-蒸	四喜烤麩 烤麩、紅蘿蔔、木耳-煮	炒甜不辣 素甜不辣、西芹-炒	芋香甘藍 高麗菜、芋頭-炒	金針湯 蘿蔔、金針花		6.3	2.4	2.4	2.9			829	240 758