



鉅登團膳 113年01月份 懷生國小

地址：台北市南港路三段80巷32號2樓

HACCP第102號優良廠商 99年度通過台北市盒餐工廠評鑑

服務電話：(02)2785-2196

傳真電話：(02)2785-4259

營養師：(營養字第006811號)

日	星期	主食	主菜	副菜	副菜	蔬菜	湯品	附品	生 殺 量	立 魚 量	植 物 脂 肪	熱 量		
1/1	一	元旦日												
1/2	二	有機米飯 白米(蒸)	壽喜燒肉 豬肉(燒)	木耳炒蛋 木耳絲,雞蛋(炒)	※芝麻長豆 芝麻,長豆(炒)	有機 蔬菜(炒)	綠豆薏仁湯 綠豆,洋薏仁(煮)	水果	5.5	2.6	2.0	2.4	1	798
1/3	三	白米飯 白米(蒸)	三杯雞 雞肉,九層塔(燒)	螞蟻上樹 絞肉,冬粉(不辣)(煮)	紅絲花椰 胡蘿蔔,花椰(炒)	白菜 蔬菜(炒)	玉米排骨湯 玉米,排骨(煮)		5.6	2.5	2.0	2.4	0	738
1/4	四	※總匯炒飯 雞蛋,紅蘿蔔,絞肉,白米(炒)	★※ 香酥魚排 魚排(炸)	※福州丸 福州丸(煮)	蒜味海帶 海帶(炒)	有機 蔬菜(炒)	※大滷湯 木耳,豆腐(煮)		5.3	2.6	2.0	3.3	0	765
1/5	五	白米飯 白米(蒸)	京醬豬柳 豬肉(燒)	※五香豆干 非基改豆干(滷)	枸杞豆芽 枸杞,豆芽(炒)	時蔬 蔬菜(炒)	榨菜雞湯 榨菜,雞肉(煮)		5.5	2.5	2.0	2.4	0	731
1/8	一	燕麥飯 燕麥,白米(蒸)	薑汁雞丁 雞肉(燒)	※柴魚腐皮 柴魚,非基改豆皮(炒)	脆炒高麗 高麗,紅蘿蔔(炒)	有機 蔬菜(炒)	※海芽蛋花湯 海帶芽,雞蛋(煮)		5.6	2.4	2.0	2.4	0	730
1/9	二	有機米飯 白米(蒸)	咖哩鮮魚 魚肉(煮)	泰式打拋肉 九層塔,絞肉(煮)	麵筋鮮瓜 麵筋,瓜(煮)	有機 蔬菜(炒)	蔬菜排骨湯 蔬菜,排骨(煮)	水果 豆漿	5.3	2.6	2.0	2.6	1	793
1/10	三	白米飯 白米(蒸)	豆豉豬肉 豬肉(燒)	※胡蘿炒蛋 胡蘿蔔,雞蛋(炒)	香菇白菜 香菇,大白菜(炒)	時蔬 蔬菜(炒)	竹筍雞湯 竹筍絲,雞肉(煮)		5.2	2.6	2.0	2.6	0	726
1/11	四	DIY 義式彎管麵 彎管麵(燴)	蠔油雞腿 雞腿(滷)	奶香肉燥醬 白醬,玉米粒,絞肉(煮)	木耳長豆 乾木耳絲,長豆(炒)	有機 蔬菜(炒)	冬菜排骨湯 冬菜,排骨(煮)		5.4	2.7	2.0	2.6	0	748
1/12	五	紅藜麥飯 紅藜麥,白米(蒸)	沙茶肉片 豬肉(燴)	※魷魚丸 魷魚丸(烤)	豆瓣鮮筍 竹筍(炒)	時蔬 蔬菜(炒)	鮮瓜雞湯 鮮瓜,雞肉(煮)		5.3	2.5	2.0	2.4	0	717
1/15	一	白米飯 白米(蒸)	豆瓣雞丁 雞肉(煮)	※家常油腐 絞肉,非基改豆腐(煮)	※蝦皮海帶 蝦皮,海帶(炒)	有機 蔬菜(炒)	榨菜肉絲湯 榨菜,肉絲(煮)		5.2	2.5	2.0	2.4	0	710
1/16	二	香鬆有機飯 海苔香鬆,有機米(蒸)	紅燒豬柳 豬肉(燒)	※玉米炒蛋 玉米,雞蛋(炒)	香菇花椰 香菇絲,花椰(燒)	有機 蔬菜(炒)	※味噌湯 非基改豆腐(煮)	水果	5.6	2.4	2.0	2.4	1	790
1/17	三	小米飯 小米,白米(蒸)	※蜜香魚球 魚肉(過油),蜜汁醬(燴)	花瓜仔肉 瓜仔,豬肉(燒)	蔥酥白菜 油蔥酥,大白菜(炒)	時蔬 蔬菜(炒)	紅棗排骨湯 紅棗,排骨(煮)		5.3	2.6	2.0	2.8	0	742
1/18	四	咖哩炒飯 咖哩,紅蘿蔔,絞肉,白米(炒)	五香肉排 豬排(滷)	※香烤蝦捲 蝦捲(烤)	紅蘿鮮瓜 紅蘿蔔,鮮瓜(炒)	有機 蔬菜(炒)	香菇雞湯 香菇絲,雞肉(煮)		5.3	2.6	2.0	2.6	0	733
1/19	五	白米飯 白米(蒸)	蒜味燒雞 雞肉(燒)	※五香豆干 非基改豆干(滷)	木耳高麗 高麗,木耳(炒)	時蔬 蔬菜(炒)	山粉圓甜湯 山粉圓(煮)		5.3	2.6	2.0	2.6	0	733

※本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品、豆製品、芝麻等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！

如季節、天候因素及市場供需造成菜色調整，敬請見諒！★為油炸品

主菜種類及供應頻率(次/月)			主菜食材供應頻率(次/月)		其它食材供應頻率(次/月)				
豆類及豆製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	新鮮食材/調理食品	副菜加工食品			油炸品	甜湯
					豆麵類	魚肉蛋類	其他		
0次	3	6	5	13/0	4	6	3	1	2

112年11月份各年級供餐日數

年級	天數	單價	金額	年級	天數	單價	金額
一年級	3	55	165	四年	9	55	495
二年級	3	55	165	五年	11	55	605
三年級	9	55	495	六年	11	55	605

113年01月份(月訂)營養午餐訂購回條(學生存查)

113年01月份(月訂)營養午餐訂購回條(學生存查)

年 班 號 姓名： 共 大

年 班 號 姓名： 共 大

家長建議事項：

家長建議事項：