



# 上將食品 114年12月



# 松山家商

◎地址: 新北市新莊區幸福東路 86 號 ◎服務專線: (02) 2996-9305 ◎E-mail: kh9305@gmail.com \*本公司全面使用非基改玉米及豆製品 \*未使用輻射污染食品  
 \*菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等，不適宜其過敏體質者食用◎營養師：黃靖芸(營養字第 011869 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油類	熱量	
1	一	白飯 白米	洋芋燒豬 豬肉, 洋芋-燒	番茄雞茸炒蛋 雞蛋, 雞絞肉, 洋蔥, 番茄-炒	塔香海帶 海帶, 蔬菜, 九層塔-炒		6.7	2.4	2.1	2.6	819
2	二	小米飯 白米, 小米	西瓜棉燉雞 雞肉, 冬瓜, 西瓜棉, 毛豆-燉	豆瓣肉燜筍 竹筍, 豬肉, 木耳-燒	熱炒高麗 高麗菜, 蔬菜-炒		6.5	2.4	2.3	2.4	801
3	三	奶香義大利麵 麵, 蔬菜, 豬肉	嫩汁豬排 X1 豬排 X1-燒	★▲檸香雞柳條 X2 雞柳條 X2-炸	紅片花椰 花椰菜, 蘿蔔-炒		6.5	2.6	2.1	2.7	824
4	四	白飯 白米	春川年糕雞 雞肉, 年糕, 大白菜-燒	▲沙嗲丸子肉醬 洋芋, 虱目魚丸, 豬絞肉, 青豆-煮	葷菇鮮瓜 鮮瓜, 鮮菇, 蔬菜-煮	鮮奶	6.8	2.5	2	2.5	826
5	五	蕎麥飯 白米, 蕎麥	蔥爆肉柳 豬柳, 洋蔥, 青蔥-炒	★炸雞米花 X3 雞肉 X3-炸	香鬆蕪菁 結頭菜, 鮮菇, 海苔香鬆-煮		6.5	2.4	2.1	2.5	800
8	一	芝麻飯 白米, 芝麻	蒲燒魚 X1 鯛魚排 X1-蒸	白菜燴肉片 大白菜, 豬肉, 蔬菜-燒	雲耳炒筍 竹筍, 木耳, 蔬菜-炒		6.5	2.4	2.3	2.4	801
9	二	白飯 白米	日式咖哩豬 豬肉, 洋芋, 蘿蔔-煮	▲三杯肉茸雙寶 米血糕, 花枝楊, 絞肉, 蔬菜-燒	脆炒海帶絲 海帶絲, 芹菜, 蔬菜-炒		6.7	2.4	2.1	2.5	814
10	三	紅麴炒飯 白米, 玉米, 豬肉, 鮮菇, 青豆, 紅麴	★椒鹽雞翅 X1 雞翅 X1-炸	▲紅燒獅子頭 X1 獅子頭 X1, 蔬菜-滷	梅菜條豆 條豆, 蔬菜, 梅菜-炒		6.6	2.5	2.2	2.7	826
11	四	糙米飯 白米, 糙米	味噌番茄燉肉 豬肉, 蘿蔔, 番茄-燉	肉燥蒸蛋 雞蛋, 絞肉, 蔬菜-蒸	彩蔬高麗 高麗菜, 彩椒-炒	果汁	6.5	2.4	2.2	2.5	803
12	五	白飯 白米	筍香雞 雞肉, 竹筍, 鮮菇-燒	叉燒肉 X3 豬肉條 X3-烤	豆芽蔬炒 豆芽菜, 蔬菜-炒		6.7	2.5	2.1	2.6	826
15	一	白飯 白米	醃醃豬肉 豬肉, 雙色蘿蔔-煮	★海苔魚米花 X2 虱目魚丁 X2, 海苔粉-炸	蒜香海根 海帶根, 蔬菜, 蒜-炒		6.6	2.5	2	2.4	808
16	二	胚芽飯 白米, 胚芽	義式香料雞 雞肉, 番茄, 洋蔥-燒	蔬炒肉片 高麗菜, 豬肉片, 蔬菜-炒	豆包炒鮮瓜 鮮瓜, 豆包, 蔬菜-炒		6.8	2.4	2.1	2.4	817
17	三	客家肉燥炒粿條 粿條, 絞肉, 蔬菜	柚醬豬排 X1 豬排 X1, 柚子醬-燒	★▲麥克雞塊 X2 雞塊 X2-炸	芋香白菜 大白菜, 蘿蔔, 芋頭-煮		6.6	2.6	2.1	2.7	831
18	四	白飯 白米	白醬薯塊雞 雞肉, 洋芋, 青豆-煮	洋蔥肉茸炒蛋 雞蛋, 洋蔥, 絞肉, 蔬菜-炒	時筍炒菇 竹筍, 木耳, 鮮菇-炒	鮮奶	6.7	2.5	2.2	2.6	829
19	五	燕麥飯 白米, 燕麥	韓式豬肉煲 豬肉, 凍豆腐, 大白菜-燒	雞肉關東煮 雞肉, 蘿蔔, 玉米筍-煮	腰果玉米 玉米, 結頭菜, 毛豆, 腰果-煮		6.8	2.4	2	2.5	819
22	一	白飯 白米	南洋咖哩雞 雞肉, 南瓜, 蔬菜-煮	干絲金針菇 豆干絲, 豬肉絲, 金針菇, 蔬菜-炒	味噌蘿蔔煮 蘿蔔, 海帶, 筍, 蔬菜-煮		6.7	2.4	2.1	2.4	810
23	二	紅藜飯 白米, 紅藜	茄汁燒豬 豬肉, 洋蔥, 蔬菜-燒	西式肉末炒蛋 雞蛋, 洋芋, 絞肉, 蔬菜, 香草-炒	枸杞時筍 竹筍, 枸杞, 木耳-炒		6.7	2.5	2.1	2.6	826
24	三	聖誕鮮菇肉醬螺旋麵 麵, 蔬菜, 絞肉, 鮮菇	★脆皮炸腿排 X1 雞排 X1-炸	▲餡餅 X2 餡餅 X2-烤	時蔬花椰 花椰菜, 蔬菜-炒	果汁	6.6	2.5	2.2	2.6	822
25	四	聖誕節快樂									
26	五	白飯 白米	柴香豆乳雞丁 雞肉, 洋蔥, 柴魚片-煮	▲肉燥福州丸 X1 福州丸 X1, 青豆, 豬絞肉-煮	開陽白菜 大白菜, 蔬菜, 油片, 蝦米-煮		6.5	2.5	2.2	2.5	810
29	一	大麥仁飯 白米, 大麥仁	梅干燒豬 豬肉, 梅干菜, 筍茸-燒	▲魷魚丸 X2 魷魚丸 X2-烤	雲耳高麗 高麗菜, 木耳, 蔬菜-炒		6.7	2.5	2.1	2.5	822
30	二	白飯 白米	肉骨茶燉雞 雞肉, 蘿蔔, 鮮菇-燉	瓜仔鮮菇鳥蛋 鳥蛋 X1, 干丁, 鮮菇, 冬瓜, 碎瓜-煮	蔬炒雙芽 黃豆芽, 蔬菜, 海芽-炒		6.5	2.4	2.2	2.5	803
31	三	飄香招牌油飯 白米, 糯米, 豬肉, 木耳, 麵輪	糖醋醬豬排 X1 豬排 X1-燒	沙茶油腐雞 油豆腐, 雞肉, 蔬菜-煮	榨菜冬瓜 冬瓜, 榨菜, 毛豆-煮		6.5	2.6	2	2.5	813

\*公司全面使用非基改玉米及豆製品\*

★表示油炸品 ※本菜單含有海鮮、堅果、奶製品及蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！

主要種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)			副菜食材特性分析(次/月)		其它分析(次/月)	
蛋料理	海鮮類	豬肉	雞肉	生鮮食材	▲調理肉品/加工品	▲魚肉類加工品	其他類加工品	油炸品	
5次	5次	19次	15次	36次	8次	0次	0次	5次	