



統鮮美食股份有限公司 113年 10 月份菜單 富安國民小學

地址：新北市三重區中興北街136巷18弄18號
服務電話：02-2811-4996
葫蘆電話：02-2812-9586#828、829

統鮮美食股份有限公司經所轄衛生局進行通過符合性稽查
統鮮美食營養師：曾彥慈
葫蘆國小營養師：黃柏欣

日期	星期	主食	主菜 main course	副菜 side dish	青菜 green vegetable	湯品 soup	水果或 校園食 品	全穀 雜糧類 (份)	豆魚 蛋肉類 (份)	蔬菜 類 (份)	油脂及 堅果類 (份)	水果 (份)	奶類 或乳製 品 (份)	鈣含 量(mg)	熱量 (kCal)	
10月1日	週二	葷食特餐：☆□白醬義大利直麵+照燒翅小腿*2+有機白苧菜+番茄洋葱湯					水果	4.8	1.2	1.6	3.0	1.0	0.0	1067.3	663.8	
10月2日	週三	糙米飯	黑胡椒豬柳	☆鮑菇燉南瓜	時蔬	金針菇菇湯	水果	5.0	2.0	1.6	2.6	1.0	0.0	130.9	715.3	
10月3日	週四	紫米飯	⊕※△杏片蜜汁魚	彩繪玉米	有機小白菜	黃瓜大骨湯	水果	5.0	2.5	1.0	2.8	1.0	0.0	140.2	750.3	
10月4日	週五	□大麥仁飯	宮保雞丁	△醬燒海結	時蔬	芹菜米粉湯	☆鮮奶	4.3	2.9	1.7	2.3	0.0	0.5	181.5	732.3	
10月7日		糙米飯	△回鍋肉片	◎蛋燴肉絲白菜	有機山菠菜	珍珠甜湯	水果	4.3	2.6	1.7	2.5	1.0	0.0	257.9	703.1	
10月8日	週二	蔬食特餐：△義式番茄燴飯(有機米)+◎洋芋炒蛋+有機黑葉白菜+☆玉米濃湯					☆鮮奶	4.7	0.9	1.5	2.3	0.0	0.5	123.1	609.8	
10月9日	週三	紫米飯	蜂蜜柚子醬雞(新)	五彩豆芽肉絲	時蔬	海帶大骨湯	水果	4.3	2.7	1.7	2.5	1.0	0.0	133.9	718.3	
10月10日	週四	國慶日放假														
10月11日	週五	※黑芝麻飯	⊕蔥燒魚丁	△麻婆豆腐	時蔬	◎蘿蔔蛋花湯	水果	4.2	3.3	1.2	2.7	1.0	0.0	203.3	751.0	
10月14日	週一	小米飯	△蘿蔔燉肉	彩椒四季	有機味美菜	△絲豆腐湯	☆鮮奶	4.3	2.3	1.7	3.0	0.0	0.5	134.6	720.0	
10月15日	●	糙米飯(有機米)	日式咖哩雞	△⊕海山關東煮	有機荷葉白菜	味噌湯	水果	4.7	3.1	1.3	2.5	1.0	0.0	167.5	767.1	
10月16日	週三	□大麥仁飯	麻油鮮菇肉片	△四寶干丁	時蔬	◎海芽蛋花湯	水果	4.4	2.9	1.4	2.8	1.0	0.0	337.1	744.7	
10月17日	週四	葷食特餐：⊕□海陸什錦燴麵(新)+⊕香酥花枝排*1+有機空心菜+綠豆大麥仁甜湯					水果	3.9	0.2	1.2	3.0	1.0	0.0	2353.4	515.0	
10月18日	週五	□燕麥飯	花瓜雞丁	蒲瓜炒肉茸	時蔬	鮮筍大骨湯	水果	4.3	2.7	1.8	2.5	1.0	0.0	108.1	718.4	
10月21日	週一	玉米蒸飯	△五香滷肉	肉羹炒高麗	有機小白菜	△大滷湯	水果	3.9	2.7	1.6	2.6	1.0	0.0	259.9	694.3	
10月22日	週二	小米飯(有機米)	醬燒雞	△玉米醬豆腐	有機小松菜	蘿蔔海帶湯	水果	4.7	3.5	1.0	3.0	1.0	0.0	192.8	809.8	
10月23日	週三	□大麥仁飯	⊕照燒煮魚	肉絲扁蒲	時蔬	⊕筍片小魚湯	水果	4.3	2.6	2.0	2.4	1.0	0.0	152.0	707.4	
10月24日	週四	蔬食特餐：△麻油鮮菇燴飯+◎玉米蒸蛋+有機黑葉白菜+□四神湯					☆鮮奶	4.8	1.3	1.3	3.0	0.0	0.5	203.3	674.5	
10月25日	🇰🇷	□蕎麥飯	春川起司雞(新)	芹香豆薯肉絲	時蔬	時蔬大骨湯	水果	5.5	2.7	1.2	2.6	1.0	0.0	138.6	796.6	
10月28日	週一	□麥片飯	⊕炒三鮮	番茄肉醬	有機油江菜	◎白菜蛋花湯	水果	4.6	2.7	1.3	2.5	1.0	0.0	125.6	734.7	
10月29日	週二	小米飯(有機米)	麻油雞	黃瓜肉片	有機山菠菜	紅豆紫米甜湯	水果	5.3	2.7	1.6	2.3	1.0	0.0	113.2	777.5	
10月30日	週三	胚芽米飯	◎蛋酥肉片	△千片客家小炒	時蔬	冬瓜大骨湯	水果	4.3	3.3	1.4	2.3	1.0	0.0	455.0	740.9	
10月31日	🇮🇹	□薑黃紅藜飯	※香草洋芋雞丁	鮮菇花椰	有機荷葉白菜	蕃茄時蔬湯	☆鮮奶	4.4	2.5	2.0	2.2	0.0	0.5	126.4	720.4	
主菜種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)				副菜食材特性分析(次/月)			其他分析(次/月)						
豆類及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材		調理食品	加工食品		油炸品		甜湯					
0次	5次	6次	9次	22次		1次	魚肉類	其他	0次	1次	1次	3次				

- 當季水果：橘子、柳丁、棗子、鳳梨、香蕉、蕃茄、哈密瓜、葡萄、西瓜等時令水果；青菜也以一週不重複為原則。
- 供應的魚種：旗魚、鯊魚、巴沙、海鯨魚、鯛魚、暑魚等
- 供應的時蔬以當季為主：青江菜、小白菜、油菜、鶴白菜、油麥菜、白苧菜、地瓜葉等
- 如有停餐需求，個人3個工作天前、團體一週前提出申請。

豬肉原產地
(國)：臺灣



過敏原	甲殼類及其製品	花生及其製品	蛋類	奶類	堅果/芝麻	大豆及其製品	魚類及其製品	麩質製品
標示	○	●	◎	☆	※	△	⊕	□

煮熟後變色的青菜還能吃嗎



其實，蔬菜煮熟後變色，單純就只是種自然現象。

蔬菜的顏色和內含的天然色素有關，像胡蘿蔔因為含有大量的胡蘿蔔素，所以呈現橙色；而青菜則含有大量的葉綠素，因此看起來大多是綠色。青菜煮熟的過程中，造成色素的化學變化，因此讓蔬菜的顏色改變了。所以蔬菜煮熟後，過一陣子會變色是正常的現象，應盡快食用，別放置太久而導致品質的劣化。

統鮮美食股份有限公司 113年 10 月份菜單

10/1(週二)				烹調方法	
主食	葷食特餐：☆□白醬義大利直麵 + 照燒翅小龍 * 2 + 有機白苜菜 + 番茄洋蔥湯	義大利麵	145	g	蒸 + 煮
		冷凍青花菜	30	g	
		洋蔥小丁	12	g	
		冷凍三色豆	10	g	
		碎培根	10	g	
		奶粉	2	g	
主菜	翅小龍		110	g	煮
副菜	時蔬				煮
湯品	番茄角		20	g	煮
		洋蔥角	8	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/2(週三)				烹調方法	
主食	糙米飯	白米	70	g	蒸
		糙米	15	g	
主菜	黑胡椒豬柳	豬肉柳	65	g	炒
		洋蔥粗絲	20	g	
		豆薯粗絲	15	g	
		黑胡椒粒			
副菜	☆鮑菇燉南瓜	南瓜中丁	40	g	煮
		杏鮑菇片	25	g	
		洋蔥角	10	g	
		豬絞肉	5	g	
		奶粉	3	g	
		卡邦尼醬/洋香菜			
青菜	時蔬		75	g	煮
湯品	金針菇燉湯	金針	2	g	煮
		金針菇	15	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/3(週四)				烹調方法	
主食	紫米飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		紫米	5	g	
主菜	⊕※△杏片蜜汁魚	魚丁	75	g	煮
		非基改板豆腐小丁	20	g	
		洋蔥角	8	g	
		杏仁片	5	g	
		蒜末/番茄醬/水麥芽	5	g	
副菜	彩繪玉米	冷凍玉米粒	45	g	煮
		馬鈴薯小丁	20	g	
		冷凍毛豆仁	6	g	
		火腿	5	g	
青菜	時蔬		75	g	煮
湯品	黃瓜大骨湯	大黃瓜片	20	g	煮
		枸杞	0.5	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/4(週五)				烹調方法	
主食	□大麥仁飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		大麥仁	5	g	
主菜	宮保雞丁	雞丁	75	g	煮
		小黃瓜	15	g	
		彩椒絲	10	g	
		蒜味花生	2	g	
副菜	△醬燒海結	海帶結	40	g	煮
		紅蘿蔔中丁	15	g	
		非基改油豆腐小丁	20	g	
青菜	時蔬		75	g	煮
湯品	芹菜米粉湯	粗米粉	11	g	煮
		綠豆芽	10	g	
		芹菜珠	1	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/7(週一)				烹調方法	
主食	糙米飯	有機白米	70	g	蒸
		有機糙米	15	g	
主菜	△回鍋肉片	豬肉片	65	g	炒
		非基改豆干片	15	g	
		紅蘿蔔片	8	g	
		蔥段	2	g	
副菜	◎蛋燴肉絲白菜	大白菜角	60	g	煮
		豬肉絲	8	g	
		洗選蛋	5	g	
		木耳絲	2	g	
青菜	時蔬		75	g	煮
湯品	珍珠甜湯	木耳	20	g	煮
		粉圓	5	g	
水果					

10/8(週二)				烹調方法	
主食	蔬食特餐：△義式番茄燴飯(有機米) + ◎洋芋炒蛋 + 有機黑葉白菜 + ☆玉米濃湯	白米	70	g	蒸 + 煮
		糙米	15	g	
		高麗菜角	20	g	
		番茄角	15	g	
		杏鮑菇	10	g	
		鴻喜菇	5	g	
主菜	殺菌液蛋	馬鈴薯小丁	20	g	炒
		冷凍毛豆仁	5	g	
		紅蘿蔔小丁	5	g	
青菜	時蔬		75	g	煮
湯品	濃湯	冷凍玉米粒	20	g	煮
		紅蘿蔔末	3	g	
		洋蔥小丁	5	g	
		奶粉			
水果					

10/9(週三)				烹調方法	
主食	紫米飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		紫米	5	g	
主菜	蜂蜜柚子醬雞(新)	雞丁	75	g	煮
		洋蔥角	12	g	
		紅蘿蔔中丁	8	g	
		鳳梨	3	g	
副菜	五彩豆芽肉絲	綠豆芽	52	g	炒
		彩椒絲	5	g	
		青椒絲	5	g	
		豬肉絲	8	g	
		乾香菇絲	0.5	g	
青菜	時蔬		75	g	煮
湯品	海帶大骨湯	海帶絲	15	g	煮
		薑絲	0.1	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

統鮮美食股份有限公司 113年 10 月份菜單

10/11(週五)				烹調方法	
主食	※黑芝麻飯	白米	70	g	蒸
		糙米	14	g	
		黑芝麻	1	g	
主菜	⊕蔥燒魚丁	魚丁	75	g	煮
		洋蔥角	12	g	
		紅蘿蔔中丁	8	g	
		蔥段	2	g	
副菜	△麻婆豆腐	非基改板豆腐中丁	60	g	煮
		豬絞肉	8	g	
		冷凍三色豆	5	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	◎蘿蔔蛋花湯	白蘿蔔小丁	20	g	煮
		洗選蛋	8	g	
水果					

10/14(週一)				烹調方法	
主食	小米飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		小米	5	g	
主菜	△蘿蔔燉肉	豬肉角	65	g	煮
		白蘿蔔中丁	20	g	
		紅蘿蔔中丁	8	g	
副菜	彩椒四季	四季豆段	50	g	炒
		豬肉絲	8	g	
		彩椒絲	5	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	△絲瓜豆腐湯	絲瓜片	10	g	煮
		非基改板豆腐小丁	15	g	
水果					

10/15(週二)				烹調方法	
主食	糙米飯(有機米)	有機白米	70	g	蒸
		有機糙米	15	g	
主菜	日式咖哩雞	雞丁	75	g	煮
		馬鈴薯中丁	20	g	
		洋蔥角	8	g	
		紅蘿蔔中丁	8	g	
副菜	△⊕海山關東煮	白蘿蔔中丁	35	g	煮
		黑輪	10	g	
		非基改油豆腐小丁	25	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	味噌湯	冷凍玉米粒	20	g	煮
		海帶芽	1	g	
水果					

10/16(週三)				烹調方法	
主食	□大麥仁飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		大麥仁	5	g	
主菜	麻油鮮菇肉片	豬肉片	65	g	炒
		大白菜角	25	g	
		杏鮑菇片	10	g	
		薑片	1.5	g	
副菜	△四寶干丁	非基改豆干小丁	30	g	炒
		冷凍玉米粒	15	g	
		洋蔥小丁	10	g	
		冷凍毛豆仁	5	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	◎海芽蛋花湯	海帶芽	1	g	煮
		洗選蛋	8	g	
水果					

10/17(週四)				烹調方法	
主食	葷食特餐：⊕海陸什錦燴麵(新) + ⊕香酥花枝排 * 1 + 有機空心菜 + 綠豆大麥仁甜湯	小烏龍麵	145	g	蒸 + 煮
		高麗菜絲	20	g	
		豬肉絲	8	g	
		青江菜段	8	g	
		洋蔥絲	8	g	
		冷凍魷魚圈	4	g	
		紅蘿蔔絲	8	g	
		木耳絲	2	g	
主菜	蝦排	蝦排	85	g	炸
副菜	蒲瓜炒肉茸	扁蒲片	60	g	炒
		豬肉絲	8	g	
		木耳片	2	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	芋頭小丁	芋頭小丁	15	g	煮
		綠豆	10	g	
		奶粉			
水果					

10/18(週五)				烹調方法	
主食	□燕麥飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		燕麥粒	5	g	
主菜	花瓜雞丁	雞丁	75	g	煮
		白蘿蔔中丁	10	g	
		紅蘿蔔中丁	8	g	
		花瓜條	4	g	
副菜	蒲瓜炒肉茸	扁蒲片	60	g	炒
		豬肉絲	8	g	
		木耳片	2	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	鮮筍大骨湯	筍片	20	g	煮
		枸杞	0.2	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/21(週一)				烹調方法	
主食	玉米蒸飯	白米	70	g	蒸
		糙米	7	g	
		冷凍玉米粒	8	g	
主菜	△五香滷肉	豬肉角	65	g	煮
		非基改豆干小丁	15	g	
		紅蘿蔔中丁	10	g	
副菜	肉羹炒高麗	高麗菜角	60	g	炒
		肉羹	8	g	
		木耳絲	2	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	△大滷湯	非基改板豆腐絲	15	g	煮
		筍絲	8	g	
		紅蘿蔔絲	2	g	
		洗選蛋	4	g	
水果					

10/22(週二)				烹調方法	
主食	小米飯(有機米)	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		小米	5	g	
主菜	醬燒雞	雞丁	75	g	煮
		地瓜中丁	20	g	
		彩椒角	5	g	
副菜	△玉米醬豆腐	非基改板豆腐小丁	55	g	煮
		冷凍毛豆仁	8	g	
		冷凍玉米粒	5	g	
		豬絞肉	5	g	
青菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	蘿蔔海帶湯	白蘿蔔小丁	10	g	煮
		海帶結	14	g	
		龍骨丁			
水果					

統鮮美食股份有限公司 113年 10 月份菜單

10/23(週三)			烹調方法		
主食	□ 大麥仁飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		大麥仁	5	g	
主菜	⊕ 照燒煮魚	魚丁	75	g	煮
		洋蔥絲	20	g	
		金針菇B原料	15	g	
		蔥段	1	g	
		冰糖醬油/味高/厚菇素蠔油/米酒			
副菜	肉絲扁蒲	扁蒲片	60	g	煮
		紅蘿蔔片	5	g	
		豬肉絲	8	g	
青菜	時蔬	75	g	煮	
湯品	⊕ 筍片小魚湯	筍片	20	g	煮
		小魚干	2	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/24(週四)			烹調方法		
主食	蔬食特餐： △麻油鮮菇燴飯 + ⊙玉米蒸蛋 + 有機黑菜白菜 + □四神湯	白米	70	g	蒸 + 煮
		糙米	15	g	
		白蘿蔔片	30	g	
		非基改豆干小丁	12	g	
		冷凍毛豆仁	8	g	
		紅蘿蔔小丁	5	g	
		杏鮑菇	10	g	
		香菇片	5	g	
主菜	◎ 玉米蒸蛋 + 有機黑菜白菜 + □ 四神湯	殺菌液蛋	45	g	炒
		冷凍玉米粒	5	g	
		素火腿丁			
副菜	時蔬	時蔬	75	g	煮
湯品	大麥仁 馬鈴薯小丁 龍骨丁 茯苓/灰寶	大麥仁	8	g	煮
		馬鈴薯小丁	10	g	
		龍骨丁	8	g	
		茯苓/灰寶			
☆鮮					

10/25(週五)			烹調方法		
主食	□ 蕎麥飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		蕎麥	5	g	
主菜	春川起司雞(新)	雞丁	75	g	煮
		年糕	10	g	
		洋蔥粗絲	10	g	
		蔥段	1	g	
		起士絲	2	g	
白胡椒粉/米酒/韓式辣椒醬					
副菜	芹香豆薯肉絲	豆薯粗絲	50	g	炒
		芹菜段	13	g	
		豬肉絲	8	g	
青菜	時蔬	75	g	煮	
湯品	時蔬大骨湯	高麗菜角	18	g	煮
		杏鮑菇	5	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/28(週一)			烹調方法		
主食	□ 麥片飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		麥片	5	g	
主菜	⊕ 炒三鮮	魚丁	60	g	煮
		豬肉片	20	g	
		魷魚翅	8	g	
		大白菜角	8	g	
		紅蘿蔔片	2	g	
		沙茶醬			
副菜	番茄肉醬	馬鈴薯小丁	30	g	煮
		番茄角	15	g	
		洋蔥小丁	12	g	
		豬絞肉	10	g	
青菜	時蔬	75	g	煮	
湯品	◎ 白菜蛋花湯	白菜絲	22	g	煮
		洗選蛋	8	g	
水果					

10/29(週二)			烹調方法		
主食	小米飯(有機米)	有機白米	70	g	蒸
		有機糙米	10	g	
		小米	5	g	
主菜	麻油雞	雞丁	75	g	煮
		杏鮑菇角	12	g	
		紅蘿蔔中丁	10	g	
		薑片/麻油/枸杞			
副菜	黃瓜肉片	大黃瓜片	60	g	炒
		豬肉片	8	g	
		木耳	2	g	
青菜	時蔬	75	g	煮	
湯品	紅豆紫米甜湯	紅豆	12	g	煮
		紫米	11	g	
水果					

10/30(週三)			烹調方法		
主食	胚芽米飯	白米	70	g	蒸
		糙米	10	g	
		蕎麥	5	g	
主菜	◎ 蛋酥肉片	豬肉片	65	g	炒
		洗選蛋	8	g	
		洋蔥角	15	g	
		小黃瓜片	5	g	
		蒜粗/白胡椒粉			
副菜	△ 干片客家小炒	非基改豆干片	50	g	炒
		芹菜段	18	g	
		彩椒角	5	g	
青菜	時蔬	75	g	煮	
湯品	冬瓜大骨湯	冬瓜小丁	25	g	煮
		薑絲	1	g	
		龍骨丁	8	g	
水果					

10/31(週四)			烹調方法		
主食	□ 薑黃紅藜飯	白米	70	g	蒸
		糙米	13	g	
		紅藜麥	2	g	
		薑黃粉			
主菜	※ 香草洋芋雞丁	雞丁	75	g	煮
		馬鈴薯中丁	15	g	
		冷凍青花菜	6	g	
		洋蔥角	6	g	
副菜	鮮菇花椰	冷凍青花菜	40	g	炒
		冷凍白花菜	40	g	
		杏鮑菇	8	g	
青菜	時蔬	75	g	煮	
湯品	蕃茄時蔬湯	番茄角	10	g	煮
		高麗菜角	12	g	
		芹菜珠	2	g	
		龍骨丁			
☆鮮	高麗菜角	12	g		



113年 10月份早餐菜單 葫蘆.社子.富安國小

日期	星期	早餐		熱量 (大卡)	全穀雜糧類 (份)	豆魚 蛋肉類 (份)	蔬菜類 (份)	油脂與 堅果種子類 (份)	奶類或乳製 品(份)
10月1日	週二	鍋燒雞絲麵	小奶皇包*1	371.5	4.0	1.0	0.3	0.2	0.0
10月2日	週三	玉米蛋吐司	巧克力牛奶	416.5	4.0	1.0	0.3	0.2	0.3
10月3日	週四	水餃*6	蘿蔔蛋花湯	378.5	4.5	0.6	0.2	0.3	0.0
10月4日	週五	熱狗大亨堡	米漿	399.0	4.2	1.0	0.3	0.5	0.0
10月7日	週一	燒賣*5	牛奶	377.5	3.5	0.5	0.2	1.0	0.3
10月8日	週二	洋蔥蛋吐司	豆漿	371.5	4.0	1.0	0.3	0.2	0.0
10月9日	週三	香菇肉粥	小饅頭*1	374.0	4.5	0.5	0.5	0.2	0.0
10月10日	週四	國慶日放假 							
10月11日	週五	鮭魚蛋吐司	麥香牛奶	428.0	4.2	1.0	0.2	0.2	0.3
10月14日	週一	大肉包*1	玉米濃湯(奶)	390.0	3.5	1.0	0.1	0.5	0.3
10月15日	週二	鮮蔬炒麵	蘿蔔湯	389.0	4.2	0.5	0.5	1.0	0.0
10月16日	週三	火腿蛋漢堡	紅茶牛奶	414.0	4.0	1.0	0.2	0.2	0.3
10月17日	週四	肉絲炒飯	金菇蛋花湯	380.0	4.2	0.8	0.5	0.3	0.0
10月18日	週五	滷肉飯+滷蛋*1	冬瓜湯	390.5	4.2	1.0	0.5	0.2	0.0
10月21日	週一	玉米肉蓉粥	小紅豆包*1	334.0	4.0	0.5	0.3	0.2	0.0
10月22日	週二	饅頭夾菜脯蛋	豆漿牛奶	426.0	4.2	1.0	0.3	0.1	0.3
10月23日	週三	鍋貼*5	黑糖牛奶	420.0	4.0	0.5	0.5	1.0	0.3
10月24日	週四	台式炒麵	蘿蔔丸片湯	375.5	4.2	0.8	0.5	0.2	0.0
10月25日	週五	紅蘿蔔蛋吐司	豆漿	390.5	4.2	1.0	0.5	0.2	0.0
10月28日	週一	肉茸蛋漢堡	牛奶	435.5	4.2	1.0	0.5	0.2	0.3
10月29日	週二	家常炒烏龍	鮮蔬金菇湯	362.0	4.3	0.5	0.4	0.3	0.0
10月30日	週三	麵線羹	滷蛋*1	381.0	4.2	1.0	0.3	0.1	0.0
10月31日	週四	蔥肉炒飯	竹筍湯	365.0	4.2	0.6	0.5	0.3	0.0

1. 菜單中標示數量之餐點，依訂餐人數準備份數，請勿多取用。

2. 供餐時間為7:20-7:50，請於7:40前抵達餐廳。

3. 用餐地點在B1餐廳，原則上在餐廳吃完，勿將早餐帶回教室。

4. 用餐者若超過7:45才到達餐廳，則以外帶方式領用，8:00後停止供應，逾時者不予退費。

5. 餐費：40元/餐

葫蘆國小營養師:黃柏欣

統鮮美食營養師:曾彥慈

服務電話：02-2811-4996

豬肉原產地(國)：臺灣

茲收到 年 班 號 學生： 113年10月份早餐費 \$ 880元(每餐40元，共22餐)

收費日期

經手人