

TS 統鮮 美食111年3月菜單

本公司全面使用【非基因改造】玉米及黃豆製品
營養師：毛韻晴(營養字第6543號)
地址：新北市三重區中興北街136巷18弄18號/服務電話：(02)2999-0088 / 傳真電話：(02)2999-8811

國興景

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	蔬菜	湯品	備註
1	二	焗烤青醬野菇麵 麵+時蔬+青醬(花生)+起司	★ 椒鹽排骨酥X3 無骨豬肉塊X3-炸	肉包X1 肉包-蒸	彩繪黃瓜 大黃瓜+蔬菜-煮	認證蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐+海帶芽+味噌	水果 6.2 2.7 2.4 2.6 814
2	三	有機白飯 有機白米	左宗棠雞 雞肉+蔬菜-炒	肉絲小炒 豆干+豬肉絲+蔬菜-炒	雙色花椰 花椰+蔬菜-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米+蔬菜+雞蛋	水果 6.4 2.7 2.3 2.1 803
3	四	芝麻飯 白米+黑芝麻	咖哩豬 豬肉塊+馬鈴薯+蔬菜-煮	蠔油魚排X1 魚排-燒	紅蔥豆芽 豆芽+蔬菜+紅蔥頭-炒	有機蔬菜	珍珠奶茶 珍珠+紅茶+奶粉	水果 6.3 2.3 2.5 2.4 784
4	五	地瓜飯 白米+地瓜	蜜汁烤雞排 X1 雞排X1-烤	香菇豆腐 豆腐+豬絞肉+香菇+蔬菜-煮	蝦香高麗 高麗菜+蔬菜+蝦米-炒	認證蔬菜	芹香蘿蔔湯 蘿蔔+豬大骨+芹菜	乳品 6.2 2.4 2.3 2.4 780
7	一	小米飯 白米+小米	無錫燉肉 豬肉+蔬菜-滷	★炸麥香雞 X1 麥香雞肉堡X1-炸	海帶三絲 海帶+豆干+蔬菜-炒	認證蔬菜	蕃茄蛋花湯 雞蛋+蕃茄+葱	水果 6.5 2.6 2.6 2.3 819
8	二	大麥飯 白米+大麥	蠔油雞丁 雞肉+蔬菜-煮	蒸蛋 雞蛋+玉米+毛豆+紅蘿蔔-蒸	金瓜白菜 大白菜+蔬菜+南瓜-煮	認證蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜+豬大骨+薑絲+蔬菜	水果 6.2 2.5 2.4 2.6 799
9	三	HOT 什錦粥 有機白米+時蔬	夾刈包的京醬豬柳+刈包X1+玉米炒蛋+蒜味結頭+有機蔬菜 豬肉柳+洋蔥-炒	玉米炒蛋 雞蛋+玉米+毛豆-炒	結頭菜+川耳+紅蘿蔔-炒			水果 6.4 2.6 2.6 2.4 816
10	四	玉米飯 白米+玉米	烤雞腿 X1 雞腿-烤	打拋豬 豆干+豬絞肉+蔬菜-煮	快炒筍草 筍草+蔬菜-煮	有機蔬菜	肉骨茶湯 高麗菜+肉骨茶包+豬大骨	水果 6.3 2.5 2.4 2.5 801
11	五	糙米飯 白米+糙米	蘑菇燒肉 豬肉片+馬鈴薯+蔬菜+蘑菇-煮	椒鹽炒雞 高麗菜+雞柳+蔬菜-炒	芝香四季 四季豆+豆酥+芝麻-炒	認證蔬菜	燒仙草 仙草液+綠豆+糖圓	乳品 6.2 2.7 2.4 2.3 800
14	一	五穀飯 白米+五穀米	照燒翅小腿X2 小腿X2+瘀魚-煮	蕃茄炒蛋 雞蛋+蕃茄+蔬菜-炒	玉筍花椰 花椰+玉米+蔬菜-炒	認證蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔+豬大骨+蔬菜	水果 6.5 2.5 2.3 2.1 795
15	二	蕎麥飯 白米+蕎麥	★叉燒肉排X1 豬排-炸	味噌雞肉關東煮 豆腐+雞肉+玉米+蒟蒻+味噌-煮	木耳高麗 高麗菜+蔬菜+木耳-炒	認證蔬菜	海帶雞湯 海帶+蔬菜+雞骨	水果 6.2 2.5 2.4 2.5 794
16	三	有機白飯 有機白米	蔥油雞 雞肉+紅蔥頭+蔥-煮	馬鈴薯燉肉 馬鈴薯+豬肉+蔬菜-煮	白菜滷 大白菜+紅蘿蔔+香菇+時蔬-煮	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯+雞蛋+蔬菜	水果 6.2 2.7 2.4 2.3 800
17	四	PASTA 捲捲麵 捲捲麵	里肌豬排 X1 豬排-滷	起司白醬 玉米+無骨雞肉+洋蔥蔬菜+奶奶-煮	★可樂餅X2 可樂餅X2-炸	有機蔬菜	高山金針湯 金針花+雞骨+蔬菜	水果 6.2 2.7 2.3 2.1 789
18	五	燕麥飯 白米+燕麥	泡菜雞 雞肉+自製泡菜+洋蔥+豆皮-煮	虱目魚塊X2 虱目魚塊X2-燒	脆炒大頭菜 結頭菜+蔬菜-炒	認證蔬菜	摩摩喳喳 芋頭+地瓜+西谷米+椰奶	優酪乳 6.3 2.7 2.3 2.6 818
21	一	糙米飯 白米+糙米	蒜蓉醬排骨 豬肉塊+蒜蓉醬-燒	焗烤咖哩雞 馬鈴薯+雞肉+蔬菜-烤	開陽白菜 大白菜+蔬菜+蝦米-煮	認證蔬菜	日式豆腐湯 豆腐+柴魚片+味噌	水果 6.6 2.5 2.3 2.3 811
22	二	小米飯 白米+小米	壽喜燒雞 雞肉+蔬菜-煮	香干肉片 豆干+豬肉片-炒	炒四季豆 四季豆+紅蘿蔔+木耳-炒	認證蔬菜	玉米排骨湯 玉米+蔬菜+豬大骨	水果 6.2 2.5 2.3 2.6 796
23	三	有機白飯 有機白米	烤肉醬肉片 豬肉片+蔬菜-炒	蝦捲X2 蝦捲-烤	三色筍絲 竹筍+蔬菜-炒	有機蔬菜	黃瓜雞湯 大黃瓜+蔬菜+雞骨	水果 6.4 2.5 2.4 2.4 804
24	四	台式什錦炒麵 麵+高麗菜+紅蘿蔔+豬肉	★炸雞排 X1 雞排X1-炸	烤地瓜X1 地瓜條X1-烤	蘿蔔佃煮 蘿蔔+蔬菜-煮	有機蔬菜	高麗豚骨湯 高麗菜+豬大骨+蔬菜	水果 6.3 2.7 2.4 2.5 816
25	五	大麥飯 白米+大麥	茄汁炒肉絲 豬肉絲+蕃茄+蔬菜-炒	香蔥肉末蒸蛋 雞蛋+蔥花+絞肉-蒸	塔香冬粉 冬粉+蔬菜+九層塔-炒	認證蔬菜	紅豆紫米湯 紅豆+紫米	乳品 6.2 2.7 2.4 2.3 800
28	一	胚芽飯 白米+胚芽米	★鹹酥雞X3 雞肉X3-炸	炸醬肉燥 豆干+豬絞肉+蔬菜-煮	蒟蒻高麗 高麗菜+蒟蒻+蔬菜-炒	認證蔬菜	山藥大麥湯 大麥+山藥+豬大骨	水果 6.5 2.5 2.3 2.1 795
29	二	香菇肉絲油飯 白米+糯米+肉絲+香菇	蒲燒魚排 X1 魚排+蒲燒醬-燒	餡餅X2 餡餅X2-蒸	鮑菇椰菜 花椰+鮑菇-炒	認證蔬菜	黑糖桂圓小米露 小米+桂圓+黑糖	水果 6.3 2.5 2.3 2.6 803
30	三	有機白飯 有機白米	宮保雞塊 雞肉+花生+蔬菜-炒	黃金泡菜豬 自製黃金泡菜+豬肉絲+蔬菜-煮	芙蓉蒲瓜 蒲瓜+雞蛋+蔬菜-煮	有機蔬菜	關東煮湯 豆腐+玉米+海帶	水果 6.3 2.5 2.4 2.5 801
31	四	五穀飯 白米+五穀米	薑汁燒肉 豬肉片+蔬菜+薑汁-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔+時蔬-炒	香蒜海苔 海苔+蒜-炒	有機蔬菜	小魚味噌湯 白蘿蔔+紅蘿蔔+蒜+味噌+小魚乾	水果 6.2 2.7 2.4 2.3 800

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)				副菜食材分析(次/月)				其他分析(次/月)			
豆類及其製品	雞肉	豬肉	魚肉	生鮮食材	調理食品	魚肉類加工品	其他	油炸品	甜湯						
0次	11次	11次	1次	22次	1次	5次	2次	6次	5次						

本公司全面採用國產豬及其製品 產地：臺灣

本菜單含有蝦、芒果(附餐水果)、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適合其過敏體質者食用

