



歡樂世界
Kung Pao Bowl
Tel:02-26519947

114年9月午餐菜單 (一四年級) 內湖國小



※提醒：餐點內有機率含有肉骨頭、魚刺，用餐時請小心食用，細嚼慢嚥。魚經去刺加工處理，為避免有魚骨（刺）殘留，仍請指導學生小心魚骨（刺）。

地址：台北市南港路三段149巷49弄12號

行政院衛生署HACCP認證合格廠商 營養師：陳俞瑄(營養字第008067號)

日期	星期	主食	主菜一	副菜一	副菜二	青菜	湯	附品	小獎品 種類 序號 名稱	小獎品 種類 序號 名稱	海鮮 種類 序號 名稱	海鮮 種類 序號 名稱	海鮮 種類 序號 名稱
1	一	白飯 白米	三杯雞 雞肉. 油豆腐-炒	白菜赤肉片 豬肉. 白菜. 蔬菜-炒	田園玉米 玉米. 蔬菜-炒	有機菜	元氣雞湯 蔬菜. 雞肉		6.4	2.5	2.3	2.0	789
2	二	有機白飯 有機白米	咖哩雞 雞肉. 馬鈴薯. 紅蘿蔔-燉	豬肉小炒 豬肉. 豆干-炒	翠炒高麗菜 高麗菜. 蔬菜-炒	有機菜	珍珠撞奶 珍珠. 奶		6.5	2.5	2.3	2.0	796
4	四	西西里 義大利麵 義大利麵	★金黃 炸雞翅X1 雞肉-炸	肉絲花椰 肉絲. 花椰菜. 胡蘿蔔-炒	▲地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤	有機菜	玉米濃湯 玉米. 馬鈴薯. 胡蘿蔔	水果	6.8	2.5	2.5	2.0	826
8	一	白飯 白米	蒸蛋 雞蛋-蒸	肉骨茶燉雞 雞肉. 蔬菜-燉	彩繪玉米 玉米. 蔬菜-炒	有機菜	地瓜西谷米 地瓜. 西谷米		6.5	2.2	2.3	2.0	774
蔬食日													
9	二	有機白飯 有機白米	招牌燉肉 豬肉. 筒. 梅干菜-燉	▲蜜汁魚X2 魚肉-預炸. 燒	胡蘿蔔炒蛋 雞蛋. 胡蘿蔔-炒	有機菜	味噌豆腐湯 豆腐. 蔬菜. 味噌		6.3	2.5	2.5	2.0	791
11	四	DIY拌麵 *搭配炸醬* 麵	★▲卡拉雞X1 雞肉-炸	風味炸醬 豆干丁. 毛豆. 豬絞肉-炒	珍菇高麗菜 高麗菜. 菇-炒	有機菜	蘿蔔豬肉湯 蘿蔔. 豬肉	乳品	6.5	2.5	2.5	2.0	805
15	一	白飯 白米	醍醐滷肉 豬肉. 蔬菜-滷	▲雞塊X2 雞肉-預炸. 烤	清炒高麗 高麗菜. 蔬菜-炒	有機菜	酸菜肉片湯 酸菜. 蔬菜. 豬肉		6.3	2.5	2.5	2.0	791
16	二	有機白飯 有機白米	迷迭香炒肉 豬肉. 蔬菜-炒	奶醬洋薯雞茸 雞絞肉. 馬鈴薯. 玉米-炒	拌香干絲 豆干絲. 海帶絲-炒	有機菜	山藥排骨湯 山藥. 蔬菜. 豬肉. 枸杞	水果	6.5	2.5	2.4	1.6	791
18	四	香鬆海苔飯 白米. 香鬆	泡菜肉片 豬肉. 白菜. 洋蔥-炒	雞汁粉絲煲 雞絞肉. 蔬菜. 粉絲-炒	腐皮匯菜 黃豆芽. 腐皮. 木耳. 胡蘿蔔-炒	有機菜	綠豆薏仁 綠豆. 薏仁		6.5	2.5	2.4	2.0	801
蔬食日													
22	一	燕麥飯 白米. 燕麥	玉米炒蛋 雞蛋. 玉米-炒	鮮蔬拌肉 豬肉. 蔬菜-炒	紅燒豆腐 豆腐-燒	有機菜	甜白木耳露 白木耳		6.5	2.5	2.3	2.0	796
23	二	有機白飯 有機白米	紅燒魚X2 (生鮮水產品) 魚. 蔬菜-燒	木耳肉絲 (有機黑木耳) 豬肉. 木耳-炒	清香白菜 白菜. 蔬菜-炒	有機菜	珍菇雞湯 蔬菜. 雞肉. 菇	乳品	6.3	2.5	2.5	2.0	791
25	四	大阪炒烏龍 麵. 蔬菜	小翅膀X2 雞肉-滷	豬肉干片 豬肉. 干片-炒	拌炒海帶 海帶. 蔬菜-炒	有機菜	蘿蔔湯 蘿蔔. 豬肉	TAP 豆奶	6.3	2.4	2.3	2.0	775
30	二	有機白飯 有機白米	古早味肉燥 豬肉. 蔬菜-滷	滷雞排X1 雞肉-滷	家常寬粉 寬粉. 蔬菜-炒	有機菜	時瓜雞湯 時瓜. 蔬菜. 雞肉		6.5	2.5	2.5	2.0	805

◆全面使用非基改玉米及豆製品 ※本菜單含有豆、蛋、奶、麩質、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮、芒果及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。

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 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
					魚、肉類	其他		
2次	1次	5次	5次	12次	1次	2次	1次	3次