



愛欣食品

本公司所使用生鮮豬肉及其調理製品
之來源皆為台灣豬肉
本校未使用輻射污染食品

2023年2月菜單
永福國小

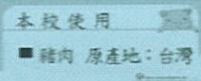
日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	湯	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	糖類	熱量
13	一	芝麻飯	烏魚排x1★	南瓜燒豆腐	佃煮白玉★ <small>產銷蔬菜</small>	海芽蛋花湯★		4.4	2.8	1.4	2.3	657	
14	二	糙米飯	鐵板雞丁	黑輪高麗★	玉米黃瓜 <small>有機蔬菜</small>	榨菜肉絲湯	果汁	4.7	2.1	2.2	2.3	705	
15	三	白飯	蒜香豬肉	丸片海根	香滷筍絲 <small>產銷蔬菜</small>	山藥排骨湯		4.3	2.1	2.0	2.3	612	
16	四	肉醬義大利麵	日式雞丁	洋芋炒蛋★	蒜香花椰 <small>產銷蔬菜</small>	玉米濃湯★	豆奶	2.8	3.8	2.1	2.3	637	
17	五	胚芽飯	古早味滷大排x1	蜜汁豆干	芋香白菜 <small>產銷蔬菜</small>	肉骨茶湯		4.9	3.1	1.5	2.3	717	
18	六	五穀米	咖哩雞	醬燒冬瓜	黑胡椒豆芽 <small>產銷蔬菜</small>	豆腐味噌湯		4.7	2.1	2.1	2.3	643	
20	一	紫米飯	蔥燒魚柳★	沙茶米血★	木耳扁蒲 <small>產銷蔬菜</small>	田園蔬菜湯		6.0	2.3	1.9	2.3	744	
21	二	蔬菜炒麵 (蔬食日)	滷蛋拼盤★	番茄凍豆腐	法式燉菜 <small>有機蔬菜</small>	海芽味噌湯		3.1	2.3	1.6	2.3	533	
22	三	白飯	照燒烤雞翅x1	韓式年糕	玉米結頭菜 <small>產銷蔬菜</small>	羅宋湯	保久乳	4.8	2.0	1.7	2.3	692	
23	四	紅藜飯	茄汁豬肉	海山醬油腐肉羹	三杯海茸 <small>產銷蔬菜</small>	薑絲冬瓜湯		4.1	2.6	1.9	2.3	633	
24	五	燕麥飯	鹹酥雞	蔬燒麵輪	芝香四季 <small>產銷蔬菜</small>	巧達濃湯★		5.2	2.6	1.7	3.0	737	

◆本菜單依據「學校午餐食物內容及營養基準」開立，全穀雜糧類 4.5-6.5份、豆魚蛋肉類2-2.5份、蔬菜類1.5-2.0份、油脂與堅果種子類2-2.5份，建議可多提供菜單未提供之食材，以利學生攝取均衡、多樣化之健康飲食。

●愛欣使用玉米及豆製品皆為非基因改造。HACCP廚房：新北市淡水區八勢一街1號/電話：28082036

營養師：蔡侑螢(營養字第008675號)

★若本菜單含有魚、蝦、芒果、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適合其過敏體質者食用。



主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析 (次/月)		副食材分析 (次/月)		其他分析(次/月)	
豆、蛋及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品	油炸品		
1	2	3	5	11	0	4	2		