



# 愛欣食品

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

## 2024年2月菜單 石牌國小

日期	星期	主 食	主 菜	副 菜		湯	附餐	全餐 總份	豆類 肉重	蔬菜	蛋類 種子	熱量	
2/16	五	胚芽飯	古早味滷肉 <small>非基改豆干豬肉蔬菜&lt;滷&gt;</small>	★麥克雞塊 X 2 <small>麥克雞塊&lt;炸&gt;</small>	竹筍蔬炒 <small>竹筍蔬菜&lt;炒&gt;</small>	綠蔬	玉米段雞湯 <small>雞肉玉米段</small>	水果	4.1	2.5	2.0	2.7	706
2/17	六	五穀飯	蒲燒魚排 X 1 <small>魚排&lt;燒&gt;</small>	蒜香小瓜雞 <small>雞肉蔬菜&lt;煮&gt;</small>	白菜芋頭 <small>白菜蔬菜&lt;煮&gt;</small>	有機	~甜~ 燒仙草芋圓 <small>仙草芋圓</small>		4.2	2.5	1.7	2.7	646
2/19	一	香菇油飯	★炸翅小腿 X 2 <small>翅小腿&lt;炸&gt;</small>	泡菜年糕燒肉 <small>豬肉蔬菜&lt;燒&gt;</small>	蔬炒結頭菜 <small>結頭菜蔬菜&lt;炒&gt;</small>	有機	柴魚味噌湯 <small>非基改豆腐柴魚</small>		4.0	2.5	2.0	2.7	639
2/20	二 蔬食	糙米飯	招牌蒸蛋 <small>雞蛋&lt;蒸&gt;</small>	紅燒油豆腐 <small>非基改油豆腐蔬菜&lt;煮&gt;</small>	菇炒花椰菜 <small>花椰菜蔬菜有機菇&lt;炒&gt;</small>	有機		水果 牛奶	4.2	2.5	2.0	2.7	773
2/21	三	白飯	起司洋芋豬 <small>洋芋豬肉起司&lt;煮&gt;</small>	瓜仔蒸肉餅 <small>豬肉脆瓜蔬菜&lt;蒸&gt;</small>	芝麻四季豆 <small>四季豆芝麻&lt;炒&gt;</small>	綠蔬	蔬燉排骨湯 <small>蔬菜排骨</small>	豆奶	4.1	2.5	2.0	2.7	688
2/22	四	紫米飯	義式香草燉雞 <small>雞肉蔬菜&lt;燉&gt;</small>	茄汁豬肉球 X 1 <small>豬肉球蔬菜&lt;煮&gt;</small>	蒜香高麗菜 <small>高麗菜蔬菜&lt;炒&gt;</small>	有機	筍片湯 <small>竹筍</small>		4.2	2.5	1.7	2.7	646
2/23	五	胚芽飯	蔬燒魚塊 <small>魚肉蔬菜&lt;燒&gt;</small>	烤豬肉條 X 4 <small>豬肉&lt;烤&gt;</small>	蒲瓜木耳 <small>蒲瓜蔬菜&lt;煮&gt;</small>	綠蔬	元宵湯圓 <small>湯圓豬肉蔬菜</small>	水果	4.1	2.5	2.0	2.7	706
2/26	一	麥片飯	咕咾肉 <small>豬肉蔬菜&lt;煮&gt;</small>	腰果炒雞 <small>雞肉腰果蔬菜&lt;炒&gt;</small>	海山醬蘿蔔 <small>蘿蔔蔬菜&lt;煮&gt;</small>	有機	巧達濃湯 <small>洋芋蔬菜</small>		4.0	2.5	2.0	2.7	639
2/27	二	薏仁飯	芝香照燒雞 <small>雞肉白芝麻蔬菜&lt;燒&gt;</small>	茶香滷蛋 X 1 <small>雞蛋&lt;滷&gt;</small>	炒高麗菜 <small>高麗菜蔬菜&lt;炒&gt;</small>	有機	~甜~ 珍珠醇奶 <small>珍珠</small>	水果	4.2	2.5	2.0	2.7	713
2/28	三	~228紀念日放假不供餐~											
2/29	四	白飯	泰式打拋豬肉 <small>豬肉蔬菜&lt;煮&gt;</small>	五香雞翅 X 1 <small>雞翅&lt;滷&gt;</small>	蔬炒海帶絲 <small>海帶絲蔬菜&lt;炒&gt;</small>	有機	酸辣湯 <small>非基改豆腐蔬菜</small>		4.2	2.5	1.7	2.7	646

●若因天氣或食材因素須更改菜色食材內容或冷熱甜湯，煩請師生見諒。本菜單含有蝦、芒果、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適合具過敏體質者食用。

★炸物●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：蘇庭儀

主菜種類及供應頻率<次/月>			主菜食材供應頻率<次/月>			其他食材供應頻率<次/月>			
魚肉 海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品		副菜加工食品		油作品	甜湯
						魚肉蛋類		其他	
2次	8次	7次	17次	3次		0次	0次	0次	2次

# 愛欣食品有限公司

## 2024年2月份食材表



石牌國小

地址：新北市淡水區八勢一街1號//HACCP食品安全管制系統營養午餐中央廚房//92年度起通過新北市盒餐工廠評鑑

電話：28082036傳真：28082026/營養師：蘇庭儀(營養字第011071號)

至107年每年皆榮獲HACCP食品安全管制系統符合性查驗廠商//新北市政府盒餐工廠合格證書//團體膳食安全管理精進計畫

日期	菜餚名稱	食材組合(以下食材重量均為生重)	加工食品 (製造廠商)	烹調法
		食材明細/重量/單位g		
2月16日 [五]	胚芽飯	白米70g+胚芽米10g		蒸
	古早味滷肉	豬肉48g+非基改豆干15g+蔬菜5g	津悅食品	滷
	★麥克雞塊 X 2	麥克雞塊30g	三統食品	炸
	竹筍蔬炒	竹筍50g+蔬菜5g		炒
	綠色蔬菜	綠色蔬菜80g		燙
	玉米段雞湯	玉米段10g+帶骨雞塊5g		煮
2月17日 [四]	五穀飯	白米70g+五穀米10g		蒸
	蒲燒魚排 X 1	魚排40g	全國漁會	燒
	蒜香小瓜雞	雞肉50g+蔬菜20g		煮
	白菜芋頭	白菜55g+芋頭2g+蔬菜5g		煮
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
	~甜~燒仙草芋圓	仙草10g+芋圓5g		煮
2月19日 [一]	香菇油飯	糯米80g+花生. 香菇少許		蒸
	★炸翅小腿 X 2	翅小腿50g		炸
	泡菜年糕燒肉	豬肉48g+年糕10g+蔬菜10g		燒
	蔬炒結頭菜	結頭菜55g+蔬菜5g		炒
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
	柴魚味噌湯	非基改豆腐10g+柴魚少許	津悅食品	煮
2月20日 [二] 健康蔬食日	糙米飯	有機米70g+糙米10g		蒸
	招牌蒸蛋	雞蛋45g		蒸
	紅燒油豆腐	非基改油豆腐40g+蔬菜20g	津悅食品	煮
	菇炒花椰菜	花椰菜55g+有機菇20g+蔬菜3g		炒
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
2月21日 [三]	白飯	白米80g		蒸
	起司洋芋豬	豬肉48g+洋芋5g+南瓜5g+起司少許		煮
	瓜仔蒸肉餅	豬肉30g+脆瓜3g+蔬菜20g		蒸
	芝麻四季豆	四季豆45g+蔬菜5g+芝麻少許		炒
	綠色蔬菜	綠色蔬菜80g		燙
	蔬燉排骨湯	蔬菜10g+排骨5g		煮
2月22日 [四]	紫米飯	白米70g+紫米10g		蒸
	義式香草燉雞	雞肉50g+蔬菜20g		燉
	茄汁豬肉球 X 1	豬肉球30g+蔬菜10g	三統食品	煮
	蒜香高麗菜	高麗菜55g+蔬菜5g		炒
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
	筍片湯	竹筍10g		煮
2月23日 [五]	胚芽飯	白米70g+胚芽米10g		蒸
	蔬燒魚塊	魚塊60g+蔬菜25g		燒
	烤豬肉條 X 4	豬肉30g		烤
	蒲瓜木耳	蒲瓜55g+蔬菜5g		煮
	綠色蔬菜	綠色蔬菜80g		燙
	元宵湯圓	湯圓3g+豬肉3g+蔬菜5g		煮

2月26日 [一]	麥片飯	白米80g+麥片1g		蒸
	咕咾肉	豬肉48g+蔬菜20g		煮
	腰果炒雞	雞肉50g+腰果3g+蔬菜20g		炒
	海山醬蘿蔔	蘿蔔45g+蔬菜5g		煮
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
	巧達濃湯	洋芋5g+蔬菜5g		煮
2月27日 [二]	薏仁飯	有機米70g+薏仁10g		蒸
	芝香照燒雞	雞肉50g+蔬菜20g+芝麻少許		燒
	茶香滷蛋 X 1	雞蛋45g		滷
	炒高麗菜	高麗菜55g+蔬菜5g		炒
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
	~甜~珍珠醇奶	珍珠10g+奶粉3g		煮
2月29日 [四]	白飯	白米80g		蒸
	泰式打拋豬肉	豬肉45g+蔬菜20g		煮
	五香雞翅 X 1	雞翅40g		滷
	蔬炒海帶絲	海帶絲30g+蔬菜5g		炒
	有機蔬菜	有機蔬菜80g		燙
	酸辣湯	非基改豆腐5g+蔬菜5g	津悅食品	煮