



榮彬食品有限公司
台北市土林區福華街110巷1弄2-1號
電話：(02)2882-2374-6

營養師：林易臻(營養字號第006917號)

榮彬112年2月菜單 麗湖國小



日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	副品	全因總量 (g)	碳水化合物 (g)	蛋白質 (g)	油脂 (g)	花卉 (g)	無鹽 (g)	
13	一	芝麻飯	和風醬燒豬	醬燒油腐	有機青菜	榨菜肉絲湯		5	2.4	2	2.7	0	702
14	二	有機白飯	咖哩雞	紅燒肉x3	有機青菜	筍香湯		5	2.4	2	2.7	0	702
15	三	白飯	京醬肉絲	蜜汁雞球	履歷青菜	酸辣湯		5.1	2.5	2	2.7	0	716
16	四	糙米飯	蘿蔔燒豬	BBQ翅小腿x2	有機青菜	海芽蛋花湯		5.3	2.3	2	2.6	0	711
17	五	炸醬麵	香料烤雞排x1	鮮肉鍋貼x2	履歷青菜	蕃茄豆腐湯	TAP 豆漿	5.3	2.3	2	2.6	1	771
18	六	雜糧飯	糖醋雞丁	肉燥滷蛋x1	鴻喜 菇炒 高麗	蘿蔔肉片湯		5.3	2.3	2	2.6	0	711
20	一	地瓜飯	蒲燒鯛魚x1	五香肉燥	有機青菜	味噌湯		5	2.4	2	2.7	0	702
21	二	有機白飯	筍香燒肉	客家小炒	有機青菜	綠豆薏仁湯	乳 品	5	2.5	2.1	2.4	1	758
22	三	白飯	三杯雞	咖哩粉絲	履歷青菜	大瓜湯		5.1	2.5	2	2.7	0	716
23	四	香鬆飯	香滷雞翅x1	白菜炒豬肉	有機青菜	玉米蛋花湯		5.3	2.3	2	2.6	0	711
24	五	五穀飯	醬燒豬排x1	柴魚蒸蛋	履歷青菜	大滷湯		5	2.4	2	2.7	0	702

※本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用。所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。★表示油炸品。

主菜種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)			整體分析(次/月)			
水產品	雞肉	豬肉	生鮮食材	調理食品	★油炸品	甜湯	無鹽	花卉	
1次	5次	5次	11次	0次	1次	1次	5	2.4	