

# 寬大食品

## 竹林中學115年4月份晚餐菜單

地址：新北市新店區民生路29號 電話：2218-3787 傳真：2218-2348 經濟部工廠登記證：99-693681-00  
營利事業登記證：北縣商聯乙字第08904460-3號 營養師：曹瑋玲

| 日期   | 星期 | 主食     | 主菜                     | 副菜                         | 附餐                    | 湯  | 全穀根莖   | 豆魚肉蛋               | 蔬菜  | 油脂  | 熱量  |     |     |
|------|----|--------|------------------------|----------------------------|-----------------------|----|--------|--------------------|-----|-----|-----|-----|-----|
| 4/1  | 三  | 段考停餐   |                        |                            |                       |    |        |                    |     |     |     |     |     |
| 4/2  | 四  | 段考停餐   |                        |                            |                       |    |        |                    |     |     |     |     |     |
| 4/7  | 二  | 白飯     | 檸檬雞翅X1<br>雞翅 烤         | 貢丸滷味<br>蔬菜, 貢丸 滷           | 麻婆豆腐<br>絞肉, 豆腐, 蔬菜 煮  | 青菜 |        | 酸辣湯<br>蔬菜, 雞蛋      | 6.4 | 2.6 | 2.4 | 2.6 | 820 |
| 4/8  | 三  | 週三不供餐  |                        |                            |                       |    |        |                    |     |     |     |     |     |
| 4/9  | 四  | 日式烏龍冷麵 | 日式豬排X1<br>豬排 炸         | 芙蓉炒蛋<br>馬鈴薯, 蔬菜, 火腿丁, 雞蛋 炒 | 翡翠三絲<br>海帶絲, 蔬菜 煮     | 青菜 | 100%果汁 | 檸檬愛玉甜湯<br>QQ圓, 愛玉  | 6.8 | 2.4 | 2.2 | 2.7 | 833 |
| 4/10 | 五  | 白飯     | 鐵路排骨X1<br>排骨 燒         | 烤麩杏鮑菇<br>烤麩, 杏鮑菇, 蔬菜 煮     | 奶焗薯塊<br>洋芋, 蔬菜 煮      | 青菜 |        | 蘿蔔大骨湯<br>蘿蔔, 龍骨丁   | 6.5 | 2.7 | 2.5 | 2.8 | 846 |
| 4/13 | 一  | 蘑菇鐵板麵  | 豪大香雞排X1<br>香雞排 炸       | 五更腸旺<br>凍豆腐, 豬腸, 豬血, 蔬菜 煮  | 拌大頭菜<br>大頭菜 炒         | 青菜 | 銅鑼燒    | 肉羹清湯<br>肉羹, 蔬菜     | 6.7 | 2.8 | 2.5 | 2.1 | 836 |
| 4/14 | 二  | 白飯     | 嫩煎里肌肉X1<br>豬肉 煎        | 糖醋雞丁<br>雞丁, 蔬菜 醬燒          | 腐皮白菜<br>大白菜, 豆皮, 蔬菜 煮 | 青菜 |        | 金針雞湯<br>金針, 蔬菜, 雞丁 | 6.5 | 2.6 | 2.3 | 2.7 | 829 |
| 4/15 | 三  | 週三不供餐  |                        |                            |                       |    |        |                    |     |     |     |     |     |
| 4/16 | 四  | 海苔香鬆飯  | 咖哩肉片<br>蔬菜, 肉片 醬燒      | 砂鍋豆腐<br>蔬菜, 豆腐 煮           | 香檸雞柳條X2<br>雞柳條 炸      | 青菜 |        | 仙草甜湯<br>仙草, 粉圓     | 6.7 | 2.5 | 2.3 | 2.8 | 840 |
| 4/17 | 五  | 白飯     | 玫瑰油雞X1<br>雞肉 煮         | 蕃茄粉絲煲<br>蕃茄, 蔬菜, 冬粉 煮      | 清炒長豆<br>豆類, 蔬菜 炒      | 青菜 | 截切水果   | 薑絲冬瓜湯<br>冬瓜        | 6.6 | 2.7 | 2.5 | 2.3 | 831 |
| 4/20 | 一  | 白飯     | 洋蔥炒鹹豬肉<br>豬肉, 洋蔥, 蔬菜 炒 | 紅燒獅子頭X1<br>獅子頭, 蔬菜 煮       | 芋香白菜<br>白菜, 芋頭, 蔬菜 煮  | 青菜 |        | 嫩薑紫菜湯<br>海帶芽       | 6.5 | 2.6 | 2.3 | 2.3 | 811 |
| 4/21 | 二  | 白醬焗烤麵  | 香草雞肉捲X1<br>雞肉捲 燒       | 海山醬魚輪<br>魚漿品, 蔬菜 醬燒        | 韭香豆芽<br>豆芽菜, 蔬菜 炒     | 青菜 | 巧克力蛋糕  | 玉米濃湯<br>玉米, 雞蛋, 蔬菜 | 6.6 | 2.3 | 2.4 | 2.5 | 807 |
| 4/22 | 三  | 週三不供餐  |                        |                            |                       |    |        |                    |     |     |     |     |     |
| 4/23 | 四  | 芝麻飯    | 起司豬排X1<br>豬排 炸         | 培根炒蛋<br>雞蛋, 蔬菜, 培根 炒       | 滷筍干<br>竹筍 煮           | 青菜 | 果凍     | 豆花甜湯<br>豆花, 綠豆     | 6.5 | 2.6 | 2.3 | 2.3 | 811 |
| 4/24 | 五  | 白飯     | 蜜汁雞腿X1<br>雞腿 滷         | 豉椒丁香魚<br>干丁, 小魚干 炒         | 綠野鮮蔬<br>蔬菜 炒          | 青菜 |        | 蔬菜肉骨茶湯<br>蔬菜       | 6.6 | 2.3 | 2.4 | 2.5 | 807 |
| 4/27 | 一  | 白飯     | 黑胡椒肉柳<br>豬肉, 蔬菜 炒      | 柳葉魚X2<br>柳葉魚 炸             | 花生海帶<br>海帶, 花生 滷      | 青菜 |        | 番茄羅宋湯<br>番茄, 蔬菜    | 6.5 | 2.7 | 2.4 | 2.6 | 835 |
| 4/28 | 二  | 白飯     | 乾鍋燒雞<br>雞肉, 蔬菜 煮       | 雞塊X2, 春捲X1<br>雞塊, 春捲 炸     | 番茄燴豆腐<br>豆腐, 番茄, 蔬菜 煮 | 青菜 | 布丁     | 巧達濃湯<br>洋芋, 雞蛋, 蔬菜 | 6.5 | 2.5 | 2.3 | 2.4 | 808 |
| 4/29 | 三  | 週三不供餐  |                        |                            |                       |    |        |                    |     |     |     |     |     |
| 4/30 | 四  | 麻醬拌麵   | 麥香烤雞排X1<br>雞排 燒        | 溏心蛋X1<br>雞蛋 滷              | 關東煮<br>蔬菜, 魚漿品 煮      | 青菜 | 叮嚀餅    | 綠豆甜湯<br>綠豆         | 6.5 | 2.7 | 2.4 | 2.6 | 835 |

※本公司菜單使用豬肉及豬肉可食部位原料之原產地皆為台灣。 ※本公司未使用輻射污染食品。

