



鉅登團膳 113年8.9月臺北特教

地址：台北市南港路三段80巷32號2樓

HACCP第102號優良廠商 99年度通過台北市盒餐工廠評鑑

服務電話：(02)2785-2196 傳真電話：(02)2785-4259 ☆本公司使用之黃豆製品及玉米,皆為非基改,請安心食用☆

營養師:李錦榮(營養字第006182號)

日	星期	主食	主菜	副主菜	副 菜	青菜	湯 品		全穀 根莖 類	豆魚 肉蛋 類	蔬菜類	油脂 堅果 類	水果	熱 量
8/30	五	白飯 白米	醬爆雞丁 雞肉(炒)	★香酥豬排 豬排(炸)	玉米豆腐 豆腐.玉米粒(煮)	時蔬 蔬菜(燙)	鮮蔬排骨湯 蔬菜..排骨(煮)		6.5	2.6	2.0	2.6	0.0	817
113年09月份														
9/2	一	麥片飯 麥片.白米	※醬燒魚球 魚肉過油(燒)	五香雞腿 雞腿(滷)	泰式打拋肉 茄汁.九層塔.絞肉(煮)	有機 蔬菜(燙)	鮮瓜雞湯 鮮瓜.雞肉(煮)		6.3	2.5	2.0	2.5	0.0	791
9/3	二	有機飯 有機米(蒸)	壽喜燒肉 豬肉(燒)	蒸 蛋 雞蛋(蒸)	枸杞長豆 枸杞.長豆(炒)	有機 蔬菜(燙)	綠豆甜湯 綠豆.洋蔥仁(煮)	水果	6.5	2.8	2.0	2.9	1.0	906
9/4	三	糙米飯 糙米.白米(蒸)	京醬豬柳 豬肉(炒)	※★魷魚丸 魷魚丸(炸)	香炒花椰 花椰(炒)	時蔬 蔬菜(燙)	※大滷湯 豆腐.木耳(煮)		6.4	2.6	2.0	2.6	0.0	810
9/5	四	白米飯 白米(蒸)	蠔油雞腿 雞腿(燴)	玉米肉茸 玉米粒.絞肉(煮)	脆炒高麗 高麗菜(炒)	有機 蔬菜(燙)	蘿蔔排骨湯 蘿蔔.排骨(煮)	水果	6.3	2.7	2.0	2.5	1.0	866
9/6	五	香菇 肉燥飯 白米.香菇絲.絞肉(燴)	蒜味肉排 豬排(燒)	蜜汁雞丁 雞肉(燴)	鍋煮鮮瓜 瓜.胡蘿蔔(煮)	時蔬 蔬菜(燙)	※鮮蔬蛋花湯 蔬菜.雞蛋(煮)		6.5	2.8	2.0	2.5	0.0	828
9/9	一	白米飯 白米(蒸)	鳳梨肉片 豬肉.鳳梨(燒)	★鹹酥雞 雞肉(炸)	※柴魚蘿蔔 柴魚.白蘿蔔(煮)	有機 蔬菜(燙)	竹筍雞湯 竹筍.雞肉(煮)		6.4	2.5	2.0	2.6	0.0	803
9/10	二	胚芽有機飯 胚芽.有機米(蒸)	咖哩雞 雞肉(煮)	※洋芋炒蛋 洋芋.雞蛋(炒)	麵筋白菜 麵筋.大白菜(滷)	有機 蔬菜(燙)	※味噌湯 豆腐(煮)	水果	6.3	2.6	2.0	2.3	1.0	850
9/11	三	白米飯 白米(蒸)	蜜汁咕咾肉 豬肉(燒)	瓜 仔 肉 花瓜.絞肉(燒)	香菇高麗 乾香菇絲.高麗菜(炒)	時蔬 蔬菜(燙)	紅棗雞湯 紅棗.雞肉(煮)		6.5	2.5	2.0	0.0	0.0	693
9/12	四	紅藜飯 紅藜.白米(蒸)	※紅燒魚球 魚肉過油(燒)	蜜汁豬排 豬排(燴)	胡蘿豆芽 胡蘿蔔.豆芽(煮)	有機 蔬菜(燙)	※海芽蛋花湯 海帶芽.雞蛋(煮)	水果	6.3	2.6	2.0	3.2	1.0	890
9/13	五	DIY拌麵條 麵條(煮)	五香雞腿 雞腿(滷)	※酢醬干丁 豆乾丁.絞肉(煮)	雙色花椰 白花椰.青花椰(炒)	時蔬 蔬菜(燙)	銀耳甜湯 白木耳.枸杞(煮)		6.4	2.6	2.0	2.5	0.0	806
9/16	一	燕麥飯 白米.燕麥(蒸)	豆瓣雞丁 雞肉(炒)	烤蝦捲 蝦卷(烤)	※芝麻長豆 芝麻.長豆(炒)	有機 蔬菜(燙)	※白菜排骨湯 大白菜.排骨(煮)	補助 豆漿	6.3	2.6	2.0	2.6	0.0	803
9/17	二	中秋節愉快												
9/18	三	小米飯 小米.白米(蒸)	蒜香豬排 豬排(燒)	※肉燥豆腐 非基改豆腐.絞肉(燒)	香滷海帶 海帶(滷)	時蔬 蔬菜(燙)	香菇雞湯 香菇絲.雞肉(煮)		6.5	2.6	2.0	0.0	0.0	700
9/19	四	白米飯 白米(蒸)	芝麻雞丁 雞肉.芝麻(煮)	※玉米滑蛋 玉米.雞蛋(炒)	木耳白菜 大白菜.木耳(炒)	有機 蔬菜(燙)	玉米排骨湯 玉米.排骨(煮)	水果	6.3	2.5	2.0	3.0	1.0	874
9/20	五	※總匯蛋炒飯 胡蘿蔔.雞蛋.白米.絞肉(炒)	※梅醬魚排 魚排.梅汁醬 過油(燴)	※醬燒豆干 豆乾(燒)	燴鮮瓜 蔬菜.鮮瓜(炒)	時蔬 蔬菜(燙)	山粉圓甜湯 山粉圓(煮)		6.2	2.8	2.0	2.5	0.0	807
9/23	一	白米飯 白米(蒸)	檸香豬柳 豬肉.(燒)	※香鬆炒蛋 海苔香鬆.雞蛋(炒)	鍋炒高麗 高麗菜(炒)	有機 蔬菜(燙)	※白菜雞湯 大白菜.雞肉(煮)		6.5	2.5	2.4	2.2	0.0	802
9/24	二	糙米有機飯 糙米.有機米(蒸)	三杯雞 雞肉(煮)	★炸豬排 豬排炸)	※柴魚鮮瓜 柴魚.瓜(煮)	有機 蔬菜(燙)	竹筍排骨湯 竹筍.排骨(煮)	水果	6.3	2.5	2.4	3.3	1.0	897
蔬食日 9/25	三	白米飯 白米(蒸)	※薑汁豆包 雞排(燒)	※蒸 蛋 蒸蛋(蒸)	姑姑花椰 香菇絲.花椰(炒)	時蔬 蔬菜(燙)	好菜頭湯 白蘿蔔.紅蘿蔔(煮)		6.4	2.5	2.4	3.0	0.0	831
9/26	四	紫米飯 紫米.白米(蒸)	橙醬咕咾肉 豬肉(過油)(燴)	※鮮蔬花干 鮮蔬.蘭花干(炒)	肉絲豆芽 肉絲.綠豆芽(炒)	有機 蔬菜(燙)	冬菜雞湯 冬菜.雞肉(煮)	水果	6.2	2.5	2.4	2.2	1.0	841
9/27	五	DIY烏龍麵 烏龍麵(燴)	鍋燒豬排 豬排(燒)	咖哩 玉米肉燥 玉米.絞肉(煮)	麵筋白菜 麵筋.大白菜(炒)	時蔬 蔬菜(燙)	※味噌湯 豆腐(煮)		6.3	2.5	2.4	3.2	0.0	833
9/30	一	白米飯 白米(蒸)	蒜味雞排 雞排 (燒)	※照燒油腐 油豆腐(煮)	※蝦皮高麗 蝦皮.高麗菜(煮)	有機 蔬菜(燙)	枸杞排骨湯 枸杞.排骨(煮)		6.4	2.5	2.4	2.5	0.0	808

※本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品、豆製品、芝麻等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！
如季節、天候因素及市場供需造成菜色調整，敬請見諒! ★為油炸品 每月供應一次認證豆漿

本公司全面使用國產食材 豬肉原產地:台灣 本菜單未供應輻射食材及食品

主菜種類及供應頻率(次/月)				主菜食材供應頻率(次/月)	其它食材供應頻率(次/月)				
豆類及豆製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材/調理食品	副菜加工食品			油炸品	甜湯
					豆麵類	魚肉蛋類	其他		
1次	2次	9次	9次	21次/0次	7次	7次	0次	4次	3次