

●營養師: 曾子庭(營養字第011590號) ●地址: 新北市五股區五權路54號 ●電話:(02)2290-0198 ●本公司全面使用非基因改造豆類製品及玉米, 請安心食用
●本菜單含有甲殼類、芒果、花生、芝麻、葵花籽、奶製品、蛋製品、堅果類、含麵筋蛋白之穀物製品、大豆製品、鮭魚、鯖魚等魚類及其製品, 不適合其過敏體質者食用

【過敏原標示: ◎花生類(含沙茶) / ★乳製品 / #加工品】

日	週	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
4	一	芝麻飯 白米、芝麻	糖醋雞 雞肉、蔬菜-燒	# 關東煮 蔬菜、煉製品-煮	清炒高麗 高麗菜、蔬菜-炒	履歷蔬菜	鮮蔬薏仁湯 蔬菜、薏仁		5.2	2.8	2.5	2.6	753.5
5	二	燕麥飯 白米、燕麥	蜜汁魷魚排X1 魷魚排-燒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒	雙色花椰 花椰菜、蔬菜-煮	有機蔬菜	味噌湯 蔬菜、味噌	水果	5.3	2.5	2.5	2.6	738
6	三	糙米飯 白米、糙米	安東年糕雞 雞肉、蔬菜、年糕-煮	肉燥油豆腐 油豆腐、蔬菜、豬肉-煮	塔香海茸 海茸、蔬菜-煮	履歷蔬菜	★巧達濃湯 洋芋、蔬菜、奶粉		5.2	2.8	2.5	2.6	753.5
7	四	家常炒麵 油麵、蔬菜	泡菜肉片 豬肉、蔬菜、泡菜-煮	蜜汁方干 豆干、芝麻-煮	芽菜什錦 黃豆芽、蔬菜-煮	履歷蔬菜	雙色蘿蔔湯 白蘿蔔、蔬菜		5.4	2.4	2.4	2.7	739.5
8	五	白飯 白米	五香雞翅X1 雞翅-煮	馬鈴薯肉醬 洋芋、豬肉、蔬菜-煮	香拌四季 敏豆、蔬菜-煮	履歷蔬菜	時蔬排骨湯 蔬菜、龍骨		5.2	2.3	2.3	2.3	697.5
11	一	薏仁飯 白米、薏仁	三杯雞 雞肉、蔬菜-煮	彩蔬炒蛋 雞蛋、蔬菜-炒	時令鮮瓜 瓜果、蔬菜-煮	履歷蔬菜	針菇豆腐湯 豆腐、蔬菜		5.8	2.2	2.4	2.5	743.5
12	二	芝麻飯 白米、芝麻	冰糖豬腳 豬肉、豬腳、筍-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	木耳銀芽 綠豆芽、蔬菜-煮	有機蔬菜	昆布雞湯 蔬菜、雞骨	水果	5.3	2.8	2.5	2.8	769.5
13	三	白飯 白米	親子丼 雞肉、蔬菜、雞蛋-煮	瓜仔干丁 豆干、蔬菜、豬肉-煮	鍋燒白菜 大白菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜	羅宋湯 蔬菜		5.5	2.6	2.4	2.7	761.5
14	四	糙米飯 白米、糙米	洋蔥豬柳 豬肉、蔬菜-煮	玉米雞茸 蔬菜、玉米、雞肉-煮	蒜香高麗 高麗菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜	薑絲冬瓜湯 瓜果、薑絲		5.5	2.7	2.3	2.7	766.5
15	五	白飯 白米	泰式咖哩雞 雞肉、蔬菜-煮	# 海鮮卷X1 海鮮卷-烤	佃煮菜頭 白蘿蔔、蔬菜-煮	履歷蔬菜	蛋花湯 蔬菜、雞蛋		5.2	2.5	2.7	2.5	731.5
18	一	白飯 白米	蒜泥肉片 豬肉、蔬菜-煮	# 可樂餅X1 可樂餅-烤	紅絲花椰 花椰菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、蔬菜、味噌		5.3	2.6	2.5	2.6	745.5
19	二	胚芽飯 白米、胚芽米	蜂蜜照燒雞 雞肉、蔬菜、蜂蜜-煮	哨子豆腐 豆腐、豬肉、蔬菜-煮	菇炒甘藍 高麗菜、菇-炒	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海帶芽、薑絲	水果+ 補助 豆漿	5.4	2.6	2.2	2.4	736
20	三	白飯 白米	無錫排骨 豬肉、蔬菜-燒	紅燒雞 蔬菜、雞肉-煮	木耳四季 敏豆、蔬菜-煮	履歷蔬菜	竹筍湯 筍、蔬菜		5.8	2.5	2.3	2.7	772.5
21	四	五穀飯 白米、五穀米	花瓜雞 雞肉、蔬菜-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋、洋蔥-炒	白菜滷 大白菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜	黃芽湯 黃豆芽、蔬菜		5.6	2.5	2.3	2.5	749.5
22	五	小米飯 白米、小米	豆瓣魚 生鮮魚肉、凍腐、蔬菜-燒	# 黑輪X1 黑輪-煮	藜麥洋芋 洋芋、蔬菜、藜麥-煮	履歷蔬菜	肉骨茶湯 蔬菜、肉骨茶包		5.6	2.5	2.3	2.5	749.5
25	一	白飯 白米	蒲燒雞 雞肉、蔬菜、芝麻-燒	西魯肉 蔬菜、豬肉、豆皮-煮	鮮蔬粉絲 冬粉、蔬菜-煮	履歷蔬菜	番茄蔬菜湯 蔬菜		5.4	2.6	2.5	2.6	752.5
26	二	紅蔥雞滷飯 白米、雞肉、豬肉	香酥魚排X1 虱目魚排-炸	茄汁豆腐蛋 豆腐、雞蛋、蔬菜-煮	炒筍絲 筍、蔬菜-炒	有機蔬菜	排骨湯 蔬菜、龍骨	水果	5.5	2.4	2.3	2.5	735
27	三	胚芽飯 白米、胚芽米	肉骨茶燉雞 雞肉、蔬菜、枸杞-煮	香干肉絲 豆干、蔬菜、豬肉-煮	玉筍花椰 花椰菜、玉米筍-煮	履歷蔬菜	柴魚時蔬湯 蔬菜、柴魚		5.5	2.6	2.3	2.6	754.5
28	四	白飯 白米	打拋豬 豬肉、豆干、蔬菜-煮	# 麥克雞塊X2 麥克雞塊-烤	脆炒海絲 海帶絲、蔬菜-炒	履歷蔬菜	鮮瓜雞湯 瓜果、雞骨		5.4	2.5	2.5	2.7	749.5
29	五	糙米飯 白米、糙米	蠔油雞 雞肉、蔬菜-煮	滷大四角X1 油豆腐-滷	紅片高麗 高麗菜、蔬菜-煮	履歷蔬菜	大滷湯 豆腐、蔬菜		5.8	2.6	2.2	2.4	764

【營養教育】營養均衡是促進健康成長與良好學習表現的重要基礎。每天攝取多樣化食物, 包括全穀類、豆魚蛋肉、蔬菜水果、乳品及堅果種子, 提供身體所需的能量與關鍵營養素, 有助於骨骼生長發育、提升免疫力, 減少生病與疲勞的機會。養成不偏食、細嚼慢嚥的好習慣, 讓身體更健康、學習更有精神!

●營養師:廖偉翔(營養字第011882號) ●地址:新北市五股區五權路54號 ●電話:(02)2290-0198 ●本公司全面使用非基因改造豆類製品及玉米,請安心食用
●本菜單含有甲殼類、芒果、花生、芝麻、葵花籽、奶製品、堅果類、含麵筋蛋白之穀物製品、大豆製品、鮭魚、鯖魚等魚類及其製品,不適合其過敏體質者食用
【過敏原標示:●花生類(含沙茶) / ★乳製品 / #加工品】

日	週	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附餐	全蛋 雞/鴨	豆魚 蛋/肉	筍菇	油 脂	熱量
1	一	胚芽飯 白米,胚芽米	咖哩雞 雞肉,蔬菜-煮	五香方干 豆干,蔬菜-滷	芝香海芽 黃豆芽,海帶,蔬菜,芝麻-煮	履歷 蔬菜	味噌湯 蔬菜,味噌		5.5	2.4	2.5	2.8	731.5
2	二	芝麻飯 白米,芝麻	酸甜魷魚排X1 魷魚排-燒	古早味油腐 蔬菜,油腐,豬肉-煮	紅絲高麗 高麗菜,蔬菜-煮	有機 蔬菜	★玉米濃湯 洋芋,蔬菜,奶粉	水果	5.6	2.5	2.3	2.8	763
3	三	白飯 白米	梅醬燒雞 雞肉,蔬菜-燒	哨子豆腐 豆腐,豬肉,蔬菜-煮	鮮炒筍絲 筍絲,蔬菜-炒	履歷 蔬菜	榨菜冬粉湯 冬粉,蔬菜,榨菜		5.7	2.6	2.3	2.6	748.5
4	四	紅蔥滷肉飯 白米,豬肉,紅蔥頭	紅燒燉肉 豬肉,蔬菜-煮	# 麥克雞塊X2 麥克雞塊-烤	木耳白菜 大白菜,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	時蔬雞湯 蔬菜,雞骨		5.4	2.5	2.5	2.7	748.5
5	五	糙米飯 白米,糙米	照燒雞 雞肉,蔬菜-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋,洋蔥-炒	蒜香花椰 花椰菜,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	羅宋湯 蔬菜		5.5	2.5	2.5	2.7	756.5
8	一	白飯 白米	打拋豬 豬肉,豆干,蔬菜-煮	腰果雞丁 蔬菜,雞肉,腰果-燒	泰式三絲 蔬菜-煮	履歷 蔬菜	馬鈴薯雞湯 洋芋,蔬菜,雞骨		5.6	2.6	2.4	2.7	748.5
9	二	芝麻飯 白米,芝麻	黃燜雞 雞肉,蔬菜-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	佃煮蘿蔔 白蘿蔔,蔬菜-煮	有機 蔬菜	鮮蔬豆腐湯 豆腐,蔬菜	水果	5.5	2.5	2.5	2.6	752
10	三	五穀飯 白米,五穀米	◎沙茶豬柳 豬肉,蔬菜-煮	# 黑輪X1 黑輪-煮	熱炒高麗 高麗菜,蔬菜-炒	履歷 蔬菜	蛋花湯 蔬菜,雞蛋		5.5	2.5	2.4	2.7	754
11	四	燕麥飯 白米,燕麥	義式香料雞 雞肉,蔬菜-煮	玉米肉茸 蔬菜,玉米,豬肉-煮	蒜香季豆 敏豆,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	田園蔬菜湯 蔬菜		5.5	2.5	2.3	2.7	751.5
12	五	芝麻飯 白米,芝麻	泡菜肉片 豬肉,蔬菜,泡菜-煮	# 海鮮捲X1 海鮮捲-烤	雜菜冬粉 冬粉,蔬菜,芝麻-煮	履歷 蔬菜	★南瓜濃湯 南瓜,蔬菜,奶粉		5.4	2.5	2.4	2.6	742.5
15	一	糙米飯 白米,糙米	糖醋雞 雞肉,蔬菜-燒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋,紅蘿蔔-炒	捲捲海茸 海茸,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	菜頭湯 白蘿蔔,蔬菜		5.5	2.5	2.5	2.5	747.5
16	二	白飯 白米	黃金魚排X1 魚排-炸	麻婆豆腐 豆腐,豬肉,蔬菜-燒	清炒花椰 花椰菜,蔬菜-炒	有機 蔬菜	裙帶海芽湯 海帶芽,薑絲	水果	5.5	2.5	2.4	2.6	749.5
17	三	胚芽飯 白米,胚芽米	三杯雞 雞肉,蔬菜-煮	干片肉絲 豆干,蔬菜,豬肉-煮	三色玉米 蔬菜,玉米-煮	履歷 蔬菜	金針排骨湯 蔬菜,雞骨,金針		5.5	2.6	2.6	2.6	762
18	四	芝麻飯 白米,芝麻	筍香滷肉 豬肉,豬腳,筍-滷	# 蛋黃芋丸X2 蛋黃芋丸-烤	脆炒甘藍 高麗菜,蔬菜-炒	履歷 蔬菜	時瓜雞湯 瓜果,雞骨		5.4	2.4	2.3	2.5	728
19	五	端午佳節愉快!											
22	一	薏仁飯 白米,薏仁	韓式洋釀雞 雞肉,蔬菜,芝麻-燒	海苔年糕 凍腐,蔬菜,雞蛋,年糕,海苔-燒	海帶彩絲 海帶,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	大醬湯 蔬菜,大醬		5.6	2.5	2.5	2.6	759
23	二	蘑菇鐵板麵 麵,蔬菜,蘑菇醬	十三香烤翅腿X2 雞翅腿-煮	# 甜不辣X1 甜不辣-烤	鐵板豆芽 綠豆芽,蔬菜-煮	有機 蔬菜	小魚味噌湯 蔬菜,味噌,小魚乾	水果	5.4	2.6	2.3	2.5	743
24	三	燕麥飯 白米,燕麥	青醬菇菇雞 雞肉,蔬菜-煮	彩蔬肉片 蔬菜,豬肉-煮	雙色花椰 花椰菜,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	★玉米濃湯 洋芋,蔬菜,奶粉		5.5	2.6	2.6	2.6	762
25	四	芝麻飯 白米,芝麻	砂鍋魚丁 生鮮魚肉,凍腐,蔬菜-燒	鮮蔬炒蛋 雞蛋,蔬菜-炒	清炒時瓜 瓜果,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	大滷湯 豆腐,蔬菜	履歷 豆漿	5.5	2.5	2.4	2.6	749.5
26	五	白飯 白米	安東燉雞 雞肉,蔬菜-煮	# 芝麻球X2 芝麻球-烤	乾煸四季 敏豆,蔬菜,豆酥粉-煮	履歷 蔬菜	肉骨茶湯 蔬菜,肉骨茶包		5.7	2.5	2.6	2.6	748.5
29	一	小米飯 白米,小米	蠔油燒雞 雞肉,蔬菜-煮	大溪黑干 豆干,蔬菜-煮	針菇白菜 大白菜,金針菇,蔬菜-煮	履歷 蔬菜	鮮筍湯 筍,蔬菜		6.6	2.7	2.5	2.8	853

【每日主食應有1/3以上包含未精製全穀雜糧】全穀雜糧類食物(如:白米,麵條)主要提供澱粉,是人體攝取熱量的主要來源。

未精製的全穀雜糧(如:地瓜,馬鈴薯,玉米)加工程度低,能保留較多的營養素,例如:維生素B群、膳食纖維...等,維持身體正常代謝、促進大腸健康、幫助好菌生長。

宏遠國際餐飲股份有限公司

聲明書

油品使用安全聲明書

依據台北市教育局 115 年 7 月 14 日轉傳公告第四批、第五批問題油品，經本公司內部全面溯源，現將盤查結果與後續積極作為向學校說明：

- 一、原料物料盤查結果：經核對進貨單據與驗收紀錄，本公司曾於民國 115 年 6 月 8 日到 6 月 29 日期間，有使用到第五批公告之福壽香油（批號：BS180526L）供應予貴校。
- 二、現場後續處置：依規定向主管機關完成通報，經全廠盤點，目前廠內該批油品目前已全數辦理退貨，場內目前已無庫存，特此說明。
- 三、提升自主管理防線：本公司為 HACCP 工廠，所有供膳流程皆嚴格落實食品衛生安全法規與要求，採購具備國家標準 TQF、第三方 SGS 檢驗把關合格之油品。

本公司深知校園食安不容一絲妥協。對於因信任品牌大廠而無辜牽連此次風波，我們深表歉意。未來我們將用更嚴苛的標準防堵源頭風險，全力捍衛學童的用餐安全。我們將持續配合教育局校園食安之應變機制，精進食材溯源與品質管控，捍衛學童的用餐安全與健康。

聲明公司

宏遠國際餐飲股份有限公司

負責人：鄭伊珊

地 址：新北市五股區五權路 54 號

電 話：(02)2290-0198



中 華 民 國 1 1 5 年 7 月 1 5 日

宏遠國際餐飲股份有限公司

聲明書

油品使用安全聲明書

依據台北市教育局 115 年 7 月 14 日轉傳公告第四批、第五批問題油品，經本公司內部全面溯源，現將盤查結果與後續積極作為向學校說明：

- 一、原料物料盤查結果：經核對進貨單據與驗收紀錄，本公司曾於民國 115 年 5 月 11 日到 5 月 29 日期間，有使用到第五批公告之福壽香油（批號：BS050526L）供應予貴校。
- 二、現場後續處置：依規定向主管機關完成通報，該批油品已逾供餐期間全數使用，場內目前已無庫存，特此說明。
- 三、提升自主管理防線：本公司為 HACCP 工廠，所有供膳流程皆嚴格落實食品衛生安全法規範與要求，採購具備國家標準 TQF、第三方 SGS 檢驗把關合格之油品。

本公司深知校園食安不容一絲妥協。對於因信任品牌大廠而無辜牽連此次風波，我們深表歉意。未來我們將用更嚴苛的標準防堵源頭風險，全力捍衛學童的用餐安全。我們將持續配合教育局校園食安之應變機制，精進食材溯源與品質管控，捍衛學童的用餐安全與健康。

聲明公司

宏遠國際餐飲股份有限公司

負責人：鄭伊珊

地址：新北市五股區五權路 54 號

電話：(02)2290-0198



中 華 民 國 1 1 5 年 7 月 1 7 日