



愛欣食品



HACCP評鑑合格優良廠商
未使用輻射污染食品

2025年12月菜單

古亭國中

日期	星期	主食	主 菜	副 菜		湯	附餐	全雞	豆魚	蔬菜	油類	糖
1	一	小米飯	蜂蜜咖哩豬 豬肉、洋芋、蔬菜<煮>	香Q滷蛋x1 雞蛋<滷>	竹筍蔬炒 竹筍、蔬菜<炒>	綠蔬 蔬菜、帶骨雞塊	蔬燉雞湯	6.5	2.3	2.0	2.5	790
2	二	白飯	泰式打拋雞 雞肉、蔬菜<煮>	檸檬雞柳x2 檸檬雞柳<烤>	絲瓜木耳 絲瓜、蔬菜<煮>	綠蔬 非基改豆腐	味噌湯	6.3	2.3	2.1	2.3	770
3	三	海苔香鬆飯	酥炸翅小腿x2 翅腿<炸>	日式蒸蛋 雞蛋<蒸>	芝麻海帶結 芝麻、海帶結、蔬菜<炒>	有機 西谷米	椰香西米露	6.3	2.4	2.0	2.4	779
4	四	雜糧飯	台式沙茶豬 豬肉、鮮菇<煮>	香菇干丁肉醬 非基改干丁、絞肉、香菇<煮>	清炒高麗菜 高麗菜、蔬菜<炒>	有機 非基改豆腐、蔬菜	酸辣湯	6.2	2.5	2.0	2.3	775
5	五	薏仁飯	孜然燒肉 豬肉、蔬菜<燒>	蔬炒冬粉 冬粉、蔬菜<炒>	紅蘿蔔花椰菜 花椰菜、蔬菜<炒>	有機 金針花、蔬菜、排骨	金針排骨湯	6.3	2.4	2.0	2.3	775
8	一蔬食	白飯	海帶芽炒蛋 雞蛋、海帶芽<炒>	蜜汁豆干 非基改豆干、地瓜<炒>	蒜香高麗菜 高麗菜、蔬菜、蒜<炒>	綠蔬 洋芋、雞蛋	洋芋湯	6.7	2.1	2.0	2.4	845
9	二	小米飯	照燒肉柳 豬肉、蔬菜<燒>	BBQ雞肉丸x2 雞肉丸<烤>	黃瓜精靈菇 黃瓜、精靈菇、蔬菜<炒>	綠蔬 芋圓	芋圓甜湯	6.3	2.4	2.0	2.5	784
10	三	紅藜飯	杏鮑菇雞 雞肉、杏鮑菇、蔬菜<煮>	鮮蔬凍豆腐 非基改凍豆腐、蔬菜<煮>	蔥酥四季豆 油蔥酥、四季豆<炒>	有機 肉骨茶包、洋芋	肉骨茶湯	6.4	2.3	2.1	2.5	786
11	四	DIY白醬義大利麵	香酥魚排x1 魚排<炸>	奶香白醬 絞肉、蔬菜<煮>	白菜滷 大白菜、蔬菜<煮>	有機 紫菜、雞蛋、薑	紫菜薑絲湯	6.2	2.3	2.0	2.3	760
12	五	紫米飯	蔥油雞 雞肉、蔬菜<煮>	滑嫩蒸蛋 雞蛋<蒸>	蒲瓜木耳 蒲瓜、蔬菜<煮>	有機 非基改豆腐、蔬菜	豆腐蔬菜湯	6.3	2.4	2.1	2.5	786
15	一	薏仁飯	糖醋燒肉 豬肉、蔬菜<燒>	黑輪關東煮 黑輪、蔬菜<煮>	蒜香花椰菜 花椰菜、蔬菜、蒜<炒>	綠蔬 非基改豆腐、蔬菜、雞蛋	蔬菜蛋花湯	6.0	2.6	2.0	2.4	773
16	二	燕麥飯	日式親子丼 雞肉、雞蛋、蔬菜<煮>	豬肉炒豆干 非基改豆干、豬肉<炒>	鮮菇白菜 大白菜、鮮菇、蔬菜<滷>	綠蔬 麵線、蔬菜	麵線湯	6.7	2.0	2.0	2.4	777
17	三	小米飯	蒜泥豬肉 豬肉、蔬菜<煮>	玉米雞茸 非基改玉米、雞茸<炒>	蔬炒海帶絲 海帶絲、蔬菜<炒>	有機 鮮菇、枸杞、蔬菜	鮮菇枸杞湯	6.2	2.4	2.1	2.4	775
18	四	白飯	沙茶鮮魚 魚肉、蔬菜<煮>	番茄炒蛋 雞蛋、番茄<炒>	鮮蔬炒扁蒲 扁蒲、蔬菜<炒>	有機 湯圓、紅豆	紅豆湯圓	6.2	2.4	2.1	2.3	770
19	五	蘑菇醬鐵板麵	BBQ雞排x1 雞排<烤>	烤魷魚丸x2 魷魚丸<烤>	炒高麗菜 高麗菜、蔬菜<炒>	有機 白蘿蔔、排骨	蘿蔔排骨湯	6.5	2.5	2.1	2.4	803
22	一	薏仁飯	鹹水鮮菇豬 豬肉、鮮菇<煮>	咖哩肉醬 絞肉、地瓜<煮>	黃瓜木耳 黃瓜、蔬菜<炒>	綠蔬 海帶芽、雞蛋	海帶芽蛋花湯	6.0	3.5	2.0	2.3	836
23	二	小米飯	黑胡椒肉片 豬肉、蔬菜<煮>	田園豆腐 非基改豆腐、蔬菜<煮>	雙色花椰菜 花椰菜、蔬菜<炒>	綠蔬 非基改玉米、雞蛋	玉米湯	6.5	2.3	2.0	2.3	781
24	三	白飯	豆干滷肉 豬肉、非基改豆干<滷>	麥克雞塊x2 雞塊<烤>	芝麻條豆 芝麻、條豆<炒>	有機 竹筍、排骨	竹筍排骨湯	6.0	2.6	2.2	2.3	774
25	四	~行憲紀念日放假~										
26	五	紅藜飯	泡菜年糕雞 雞肉、年糕、泡菜<煮>	醬燒獅子頭x1 獅子頭<燒>	蘿蔔煮 白蘿蔔、蔬菜<煮>	有機 綠豆	綠豆湯	6.0	2.3	2.2	2.3	751
29	一	五穀飯	香酥雞米花x3 雞肉<炸>	玉米炒蛋 雞蛋、非基改玉米<炒>	白菜滷 大白菜、蔬菜<滷>	綠蔬 帶骨雞塊、蔬菜	麻油雞湯	6.2	2.5	2.0	2.3	775
30	二	番茄肉醬義大利麵	烤翅小腿x2 翅腿<烤>	紅燒豆皮 非基改豆皮、蔬菜<燒>	蔬炒黃豆芽 黃豆芽、蔬菜<炒>	綠蔬 薏仁、蔬菜、排骨	薏仁排骨湯	6.5	2.4	2.0	2.3	789
31	三	紫米飯	蘑菇醬雞丁 雞肉、杏鮑菇、蔬菜<炒>	茶香滷蛋x1 雞蛋<滷>	香菇結頭菜 結頭菜、香菇、蔬菜<炒>	有機 榨菜、豬肉	榨菜肉絲湯	6.0	2.5	2.2	2.3	766

●右因天氣或食材因素變更菜色或內容或無熱湯，煩請師生見諒。本菜單含有鹽、芒果、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適宜具過敏體質者食用。

●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：莊雅璇

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		油炸品
2次	9次	10次	21次	1次	魚肉蛋類	其他	甜湯
					6次	0次	4次