

**寬大食品 新店高中113年10月菜單**  
 廠址: 新北市新店區民生路29號 電話: 22183787 FAX: 22182348

日期	星期	蓋飯1	蓋飯2	蓋飯3	蓋飯4	主菜1	主菜2	主菜3	主菜4	副菜				青菜	
10/1	二	滷肉蓋飯 400g	壽喜燒蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	酥脆雞腿 100g	菲力雞排 100g	起司豬排 80g	叉燒豬排 80g	洋芋肉片 65g	紅絲炒蛋 65g	蟹絲豆腐 80g	魯海帶結 80g	當季蔬菜 90g	
10/2	三	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	川味豆腐 65g	清炒高麗 80g	糖醋豆皮 80g	芋頭三色 80g	當季蔬菜 90g	
10/3	四	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	酸辣蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	烤雞排 100g	日式豬排 80g	蠔油雞腿 100g	鐵路排骨 80g	咖哩雞丁 65g	火腿炒蛋 65g	紅燒百頁 80g	開陽高麗 80g	當季蔬菜 90g	
10/4	五	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	虱目魚排 60g	蒜味排骨 80g	香脆炸雞 100g	滷肉排 80g	宮保雞丁 65g	螞蟻上樹 65g	黑胡椒豆芽 80g	紅燒烤麩 65g	當季蔬菜 90g	
10/7	一	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	蠔油雞腿 100g	紅燒雞排 100g	黑胡椒豬肉 80g	醬燒排骨 80g	韓式肉片 65g	涼拌大頭菜 80g	醬燒豆干 65g	脆炒豆芽 80g	當季蔬菜 90g	
10/8	二	滷肉蓋飯 400g	壽喜燒蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	五香雞腿 100g	海南雞排 100g	蒜味烤肉 80g	叉燒豬排 80g	沙茶豬肉 65g	番茄炒蛋 65g	醬燒麵腸 80g	豉燒苦瓜 80g	當季蔬菜 90g	
10/9	三	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	乾鍋燒雞 65g	客家香筍 80g	薑黃粉絲 80g	養生地瓜 80g	當季蔬菜 90g	
10/10	四	國慶佳節													
10/11	五	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	虱目魚排 60g	蒜味排骨 80g	香脆炸雞 100g	滷肉排 80g	客家小炒 65g	蛋酥白菜滷 80g	嫩薑海絲 80g	紅燒南瓜 80g	當季蔬菜 90g	
10/14	一	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	蠔油雞腿 100g	紅燒雞排 100g	黑胡椒豬肉 80g	醬燒排骨 80g	紅蔥滷肉 65g	芋頭排骨酥 80g	泡菜年糕 80g	嫩薑冬瓜 80g	當季蔬菜 90g	
10/15	二	滷肉蓋飯 400g	壽喜燒蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	五香雞腿 100g	海南雞排 100g	蒜味烤肉 80g	叉燒豬排 80g	醬燒豆腐 65g	青豆紅蘿蔔 80g	金沙玉米 65g	炒茭白筍 80g	當季蔬菜 90g	
10/16	三	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	酸菜豆腐煲 80g	彩椒青蔬 80g	蔬菜炒蛋 65g	嫩薑海結 80g	當季蔬菜 90g	
10/17	四	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	虱目魚排 60g	蒜味排骨 80g	香脆炸雞 100g	滷肉排 80g	照燒雞塊 65g	培根炒蛋 80g	咖哩洋芋 80g	豆干滷味 80g	當季蔬菜 90g	
10/18	五	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	蠔油雞腿 100g	紅燒雞排 100g	黑胡椒豬肉 80g	醬燒排骨 80g	花生丁香魚 65g	金菇豆芽 80g	毛豆花生 80g	紅蘿蔔炒蛋 65g	當季蔬菜 90g	
10/21	一	滷肉蓋飯 400g	壽喜燒蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	五香雞腿 100g	海南雞排 100g	蒜味烤肉 80g	叉燒豬排 80g	甜不辣炒蛋 65g	枸杞冬瓜 80g	豆豉干片 80g	拌青木瓜 80g	當季蔬菜 90g	
10/22	二	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	黑胡椒肉絲 65g	回鍋干片 80g	家常豆腐 80g	客家竹筍 80g	當季蔬菜 90g	
10/23	三	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	酸辣蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	烤雞排 100g	日式豬排 80g	蠔油雞腿 100g	鐵路排骨 80g	韓式泡菜 65g	玉米炒蛋 65g	炒花椰菜 80g	菜脯炒蛋 65g	當季蔬菜 90g	
10/24	四	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	虱目魚排 60g	蒜味排骨 80g	香脆炸雞 100g	滷肉排 80g	三杯雞丁 65g	洋芋炒蛋 65g	蝦香高麗 80g	五香豆干 65g	當季蔬菜 90g	
10/25	五	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	蠔油雞腿 100g	紅燒雞排 100g	黑胡椒豬肉 80g	醬燒排骨 80g	鐵板豬肉 65g	蕃茄豆腐 80g	鴿蛋鮮瓜 80g	韓式冬粉 65g	當季蔬菜 90g	
10/28	一	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	五香雞腿 100g	海南雞排 100g	蒜味烤肉 80g	叉燒豬排 80g	紅燒豆腐 65g	油爆紫茄 80g	芝香海帶根 80g	脆炒豆芽 65g	當季蔬菜 90g	
10/29	二	滷肉蓋飯 400g	壽喜燒蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	梅干肉片 65g	白菜西魯肉 80g	芋頭玉米丁 80g	糖醋豆皮 65g	當季蔬菜 90g	
10/30	三	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	麻婆豆腐蓋飯 400g	三杯雞蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	涼拌海帶 65g	玉米炒蛋 80g	蘿蔔佃煮 80g	香滷豆干片 65g	當季蔬菜 90g	
10/31	四	滷肉蓋飯 400g	咖哩蓋飯 400g	酸辣蓋飯 400g	胡椒肉絲蓋飯 400g	炸雞腿 100g	五香肉排 100g	丁骨肉排 80g	無骨雞排 80g	五香滷肉 65g	什錦滷味 65g	泡菜豆腐 80g	什錦瓜果 80g	當季蔬菜 90g	

蓋飯類每份400g、主菜類每份80-100g、副菜類青菜類每份90g、副菜半葷素類每份60g 青菜類每份90-100g

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 本公司菜單未使用輻射污染食品

寬大食品 新店高中113年10月菜單  
廠址:新北市新店區民生路29號 電話: 22183787 FAX:22182348

日期	星期	蓋飯1	蓋飯2	蓋飯3	蓋飯4	主菜1	主菜2	主菜3	主菜4	副菜	青菜
----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	----	----