

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	營養成分						熱量 (大卡)	
									全糖 糖類 (g)	全蛋 蛋白質 (g)	蔬菜(份)	水果(份)	蛋類(份)	魚類(份)		豆類(份)
06	四	小米飯	◆五味魷魚 <small>魷魚+時蔬-煮</small>	豬肉筑前煮 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	清炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	青菜	鮮瓜雞湯 <small>雞肉+瓜+薑-煮</small>		6.5	2.8	2.0	2.8				874
07	五	五穀飯	紐澳良炒雞 <small>雞肉+時蔬-炒</small>	★◎椒鹽花枝丸X2 <small>花枝丸-炸</small>	彩繪玉米 <small>玉米+時蔬-煮</small>	青菜	紫菜肉絲湯 <small>紫菜+祥圓豬肉+薑-煮</small>	水果	6.6	3.0	2.0	2.8	1			956
10	一	紅藜飯	綠咖哩豬 <small>祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small>	★轟炸魚丁X3 <small>魚-炸</small>	金菇海絲 <small>海絲+時蔬-煮</small>	青菜	柴魚味噌湯 <small>味噌+豆腐+柴魚-煮</small>	豆漿	6.2	2.8	2.0	3.0				860
11	二	燕麥飯	糖醋肉 <small>祥圓豬肉+鳳梨+時蔬-煮</small>	香蔥炒蛋 <small>蔥+蛋+時蔬-炒</small>	脆炒白菜 <small>大白菜+時蔬-炒</small>	青菜	香菇雞湯 <small>香菇+雞肉-煮</small>		6.2	2.8	2.0	2.8				851
12	三	特製義大利麵	醬燒雞排X1 <small>雞排-燒</small>	番茄肉醬 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	時令條豆 <small>條豆+時蔬-煮</small>	青菜	玉米濃湯 <small>玉米+時蔬-煮</small>	水果	6.2	2.8	2.0	2.8	1			911
13	四	胚芽飯	蘿蔔燒豬 <small>麵輪+祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	★◎麥克雞塊X2 <small>雞塊-炸</small>	鮮炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	青菜	洋芋豚骨湯 <small>祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small>		6.5	3.0	2.0	2.8				889
14	五	紫米飯	泡菜年糕雞 <small>芝麻+年糕+雞肉+泡菜+時蔬-燒</small>	大醬燒豆腐 <small>祥圓豬肉+豆腐+時蔬-煮</small>	干絲芽菜 <small>豆芽菜+干絲+時蔬-煮</small>	青菜	◎黑糖珍珠 <small>粉圓+黑糖-煮</small>	水果	6.2	3.0	1.9	3.0	1			933
17	一	薏仁飯	蒙古燒肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	★金黃魚條X2 <small>魚-炸</small>	蝦香白菜 <small>大白菜+蝦皮+時蔬-炒</small>	青菜	金榜麵線羹 <small>麵線+時蔬+柴魚片-煮</small>	鮮奶	6.6	2.8	2.0	3.0	1			990
18	二	麥片飯	岩燒豬肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-炒</small>	番茄炒蛋 <small>番茄+蛋+時蔬-煮</small>	清爽炒筍 <small>筍+時蔬-炒</small>	青菜	蘿蔔雞湯 <small>雞肉+白蘿蔔+時蔬-煮</small>		6.5	3.0	2.0	3.0				898
19	三	海苔香鬆飯	香燒雞翅X1 <small>三節雞翅-燒</small>	滷味拼盤 <small>豆干+鵝蛋+時蔬-滷</small>	蒜味四季 <small>四季豆+時蔬-炒</small>	青菜	玉米湯 <small>玉米+時蔬-煮</small>	水果	6.2	3.0	2.0	2.8	1			926
20	四	雜糧飯	三杯菇菇雞 <small>雞肉+菇+九層塔-煮</small>	豆干小炒 <small>豆干+祥圓豬肉+時蔬-炒</small>	鮮炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	青菜	時瓜排骨湯 <small>排骨+瓜+薑-煮</small>	履歷豆漿	6.4	2.8	2.0	2.8				866
21	五	糙米飯	蒜泥白肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	★◎轟炸雞柳條X2 <small>雞柳條-炸</small>	彩繪花椰 <small>花椰菜+時蔬-煮</small>	青菜	花生麥片湯 <small>花生+麥片-煮</small>	水果	6.6	3.0	1.9	2.8	1			954
24	一	小米飯	招牌咖哩雞 <small>雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small>	◎可樂餅X1 <small>可樂餅-烤</small>	奶香白菜 <small>大白菜+時蔬-煮</small>	青菜	海芽味噌湯 <small>味噌+豆腐+海芽-煮</small>	減糖優酪乳	6.4	3.0	2.0	3.0	1			990
25	二	五穀飯	叉燒豬肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	★香酥魚塊X2 <small>魚-炸</small>	滷汁海結 <small>海結+時蔬-滷</small>	青菜	薏仁雞湯 <small>大薏仁+雞肉+時蔬-煮</small>		6.2	3.0	2.0	3.0				875
26	三	蒜香義大利麵	西式茄汁豬排X1 <small>豬排-燒</small>	椒鹽薯餅X4 <small>馬鈴薯餅-烤</small>	鮮炒花椰 <small>花椰菜+時蔬-炒</small>	青菜	南瓜濃湯 <small>南瓜+地瓜+時蔬-煮</small>	水果	6.6	3.0	1.9	2.9	1			958
27	四	燕麥飯	❁日式石斑魚 <small>石斑魚+時蔬-煮</small>	無錫排骨 <small>祥圓豬肉+年糕+芝麻-煮</small>	彩繪四季 <small>四季豆+時蔬-煮</small>	青菜	鮮菇湯 <small>油片+菇+時蔬-煮</small>	履歷豆漿(石斑魚)	6.4	2.8	2.0	2.8				866
28	五	胚芽飯	冬瓜燒豬 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	★鹽酥雞X3 <small>雞肉-炸</small>	什錦高麗 <small>高麗菜+時蔬-煮</small>	青菜	紅豆紫米粥 <small>紅豆+黑糯米-煮</small>	水果	6.5	2.9	2.0	2.9	1			949

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米

◆表示3章10增加溯源水產品 ❁表示中央補助石斑魚(並於當日供一次履歷豆漿) ★表示油炸品 ◎表示加工物食品

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

