

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全糖糖(份)	低糖糖(份)	植脂(份)	水果(份)	乳品(份)	熱量(大卡)	
01	三	特製義大利麵	嫩汁雞排X1 雞排-燒	番茄肉醬 祥園豬肉+時蔬-煮	地瓜薯條X3 地瓜薯條-烤	青菜	玉米濃湯 玉米+時蔬-煮	水果	6.4	3.0	2.0	3.0	1.0	0.0	890
02	四	薏仁飯	◎三杯雞 雞肉+米血糕+九層塔-煮	肉燥油腐 油腐+祥園豬肉+時蔬-煮	香炒四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	鄉村蔬菜湯 祥園豬肉+時蔬-煮		6.4	3.2	2.0	2.9	0.0	0.0	971
03	五	紅藜飯	叉燒豬肉 祥園豬肉+時蔬-燒	★虱目魚條X2 魚-炸	油蔥芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮	水果	6.5	2.8	1.9	2.7	1.0	0.0	867
06	一	麥片飯	家鄉滷肉 祥園豬肉+時蔬-滷	滷味拼盤 豆干+鵝蛋+時蔬-滷	奶香薯丁 馬鈴薯+時蔬-煮	青菜	綠豆薏仁湯 綠豆+薏仁-煮	鮮奶	6.6	3.0	1.9	2.8	0.0	1.0	954
07	二	雜糧飯	BBQ豬排X1 豬排-燒	日式雞肉 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮	脆炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		6.6	3.0	2.0	2.9	0.0	0.0	901
08	三	新加坡薑黃飯	海南雞 雞肉+時蔬-煮	★◎蝦捲X1 蝦捲-炸	紅絲高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	香菇雞湯 香菇+雞肉+薑絲-煮	水果	6.4	3.2	2.0	2.8	1.0	0.0	889
09	四	燕麥飯	白醬燉雞 雞肉+時蔬-煮	醬燒豆腐 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮	脆炒白菜 大白菜+時蔬-炒	青菜	蘿蔔湯 白蘿蔔+時蔬-煮		6.5	2.8	1.9	2.7	0.0	0.0	967
10	五	薏仁飯	梅干燒雞 雞肉+梅干菜+筍干-燒	蔥味魚塊X2 魚+時蔬-燒	鮮菇燴瓜 瓜+時蔬-燴	青菜	招牌麵線羹 麵線+時蔬+柴魚片-煮	水果	6.6	3.0	2.0	2.8	1.0	0.0	896
13	一	胚芽飯	招牌咖哩豬 祥園豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹽酥雞X3 雞肉-炸	香炒海絲 海帶絲+時蔬-燴	青菜	番薯西米露 地瓜+西谷米+椰奶-煮	減糖優酪乳	6.6	3.0	1.9	3.0	0.0	1.0	963
14	二	糙米飯	蠔油燉雞 雞肉+時蔬-煮	古早味燉肉 祥園豬肉+麵輪+時蔬-煮	奶香四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	榨菜肉絲湯 祥園豬肉+榨菜+時蔬-煮	履歷豆漿	6.4	3.2	1.9	2.9	0.0	0.0	868
15	三	蔥香雞汁拌麵	香滷豬排X1 豬排-滷	椒鹽薯瓣X4 馬鈴薯瓣-烤	紅燒燉蘿蔔 白蘿蔔+時蔬-燒	青菜	蕃茄豆腐湯 蕃茄+豆腐-煮	水果	6.4	3.0	2.0	2.9	1.0	0.0	886
16	四	五穀飯	洋釀燒雞 芝麻+雞肉+時蔬-燒	豆干小炒 祥園豬肉+豆干+時蔬-炒	大醬芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	海芽味噌湯 味噌+豆腐+海芽-煮		6.6	3.2	1.9	2.7	0.0	0.0	974
17	五	小米飯	沙茶炒豬肉 祥園豬肉+時蔬-炒	◎椒鹽花枝丸X2 花枝丸-烤	鮮蔬粉絲 冬粉+時蔬-煮	青菜	鳳梨雞湯 鳳梨+雞肉+時蔬-煮	水果	6.4	2.9	1.9	2.8	1.0	0.0	871
20	一	燕麥飯	◆塔香鮮魚 水鯊魚+時蔬-煮	西式燉雞 雞肉+時蔬-煮	鮮菇高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	巧達濃湯 馬鈴薯+時蔬-煮	豆漿	6.4	3.2	2.0	2.9	0.0	0.0	946
21	二	胚芽飯	蒜泥白肉 祥園豬肉+時蔬-煮	家常肉絲 祥園豬肉+豆干+時蔬-炒	爆炒白菜 大白菜+時蔬-炒	青菜	紫菜湯 紫菜+薑-煮		6.5	3.2	1.9	2.9	0.0	0.0	883
22	三	白飯	★酥炸雞翅X1 三節雞翅-炸	◎海山醬魚輪捲X1 魚漿製品+時蔬-煮	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮	水果	6.4	3.0	1.9	2.9	1.0	0.0	883
23	四	糙米飯	和風照燒雞 雞肉+時蔬-燒	螞蟻上樹 祥園豬肉+丁丁+冬粉+時蔬-煮	香蒜洋芋 馬鈴薯+蒜+時蔬-煮	青菜	筍子排骨湯 筍+祥園豬肉+時蔬-煮		6.4	3.2	2.0	2.7	0.0	0.0	977
24	五	紅藜飯	味噌燒肉 祥園豬肉+時蔬-燒	麻婆豆腐 豆腐+祥園豬肉+時蔬-煮	繽紛花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	四神湯 祥園豬肉+薏仁+時蔬-煮	水果	6.4	3.0	2.0	2.8	1.0	0.0	881
27	一	五穀飯	南洋咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	鐵板油腐 油豆腐+時蔬-燒	香甜玉米 玉米+時蔬-煮	青菜	燒仙草 仙草+綠豆+蜜豆-煮	鮮奶	6.6	3.0	2.0	2.9	0.0	1.0	961
28	二	小米飯	糖醋雞 雞肉+鳳梨+時蔬-煮	★◎金黃小魚X2 魚-炸	田園時蔬 菇+時蔬-炒	青菜	大滷湯 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮		6.4	3.0	2.0	2.9	0.0	0.0	886
29	三	DIY乾拌麵疙瘩	蒜香豬排X1 豬排-燒	古早味肉燥 祥園豬肉+豆干+時蔬-煮	清爽炒筍 筍+時蔬-炒	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚片-煮	水果	6.5	3.2	1.9	2.7	1.0	0.0	882
30	四	麥片飯	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	野菜燒肉 祥園豬肉+時蔬-煮	塔香海茸 海茸+時蔬-煮	青菜	薏仁排骨湯 薏仁+祥園豬肉+馬鈴薯-煮		6.4	3.2	1.9	2.8	0.0	0.0	879

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」

※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※