

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全糖 糖類(份)	低糖 糖類(份)	低脂(份)	低鈉(份)	水果(份)	乳品(份)	熱量 (大卡)
01	五	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	招牌咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	蔥燒豆皮 豆皮+時蔬-煮	日式蘿蔔 蘿蔔+玉米+時蔬-燒	青菜	蔬菜雞湯 雞肉+時蔬-煮	水果	6.5	2.9	1.9	2.9	1.0		943
04	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	栗子燒雞 雞肉+栗子+時蔬-燒	◎義式肉丸子X1 獅子頭+時蔬-燒	鮮蔬炒海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚片-煮	全脂 保久 乳	6.0	3.1	1.9	2.7		1.0	952
05	二	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	泰式打拋豬 祥園豬肉+九層塔+時蔬-煮	★◎金黃小魚X2 魚-炸	椒香四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	黑糖地瓜湯 地瓜-煮		6.4	2.9	2.0	2.7			869
06	三	招牌油飯 糯米+開陽+祥園豬肉+時蔬-蒸	蜜汁雞翅X1 三節雞翅-烤	綜合 滷味拼盤 豆干+時蔬-滷	蒜香炒筍 筍+時蔬-炒	青菜	鄉村蔬菜湯 時蔬-煮	水果	6.3	2.8	2.0	2.8	1.0		919
07	四	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	叉燒豬排X1 豬排-燒	玉米炒蛋 蛋+玉米-炒	田園鮮蔬 南瓜+菇+時蔬-煮	青菜	金菇肉絲湯 金針菇+祥園豬肉+時蔬-煮		6.4	2.8	1.9	2.9			868
08	五	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	黑糖滷肉 祥園豬肉+時蔬-滷	豆干小炒 祥園豬肉+豆干+時蔬-炒	清爽洋芋 馬鈴薯+時蔬-煮	青菜	洋蔥蘑菇湯 洋蔥+蘑菇+時蔬-煮	水果	6.4	2.9	2.0	2.9	1.0		938
11	一	五穀飯 白米+五穀米-蒸	和風照燒雞 雞肉+時蔬-燒	◎海山醬黑輪X1 黑輪+時蔬-煮	鮮炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	蕃茄豆腐湯 蕃茄+豆腐-煮	豆漿	6.0	3.0	1.9	3.0			858
12	二	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	味噌燒肉 祥園豬肉+時蔬-燒	滑嫩蒸蛋 蛋+時蔬-蒸	鮮菇燴瓜 瓜+菇+時蔬-燴	青菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮		6.3	2.9	1.9	2.8			864
13	三	蔥香 雞汁拌麵 麵+雞肉+時蔬-煮	醬汁豬排X1 豬排-滷	★椒鹽薯瓣X4 馬鈴薯瓣-炸	爆炒白菜 白菜+時蔬-炒	青菜	鮮蔬排骨湯 排骨+時蔬-煮	水果	6.6	2.8	1.9	2.8	1.0		939
14	四	糙米飯 白米+糙米-蒸	◆蒜蓉鮮魚 魚+時蔬-煮	回鍋豬肉 祥園豬肉+豆干+時蔬-煮	油蔥芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	四神湯 祥園豬肉+薏仁+馬鈴薯+山藥-煮	履歷 豆漿	6.6	3.1	2.0	2.9			908
15	五	麥片飯 白米+麥片-蒸	香嫩雞排X1 雞排-燒	燒肉油腐 油豆腐+祥園豬肉+時蔬-燒	紅仁甘藍 高麗菜+時蔬-炒	青菜	榨菜肉絲湯 祥園豬肉+榨菜+時蔬-煮	水果	6.3	2.9	2.0	2.7	1		922
18	一	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	日式咖哩豬 祥園豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹽酥雞X3 雞肉-炸	彩繪四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	味噌湯 味噌+豆腐-煮	豆漿	6.5	3.0	1.9	2.7			882
19	二	小米飯 白米+小米-蒸	春川炒雞 雞肉+泡菜+年糕+時蔬-燒	番茄炒蛋 番茄+蛋+時蔬-煮	韓式拌雜菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	薑絲鮮瓜湯 瓜+薑絲-煮		6.4	2.8	2.0	2.7			862
20	三	香菇炊飯 白米+香菇+時蔬-蒸	肉燥 虱目魚柳 虱目魚+祥園豬肉+時蔬-煮	◎港式燒賣X2 燒賣-蒸	香甜玉米 玉米+紅藜+時蔬-煮	青菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮	水果	6.6	2.8	1.9	3.0	1.0		948
21	四	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	蜜番薯燒豬 芝麻+祥園豬肉+地瓜+時蔬-煮	蔥燒豆腐 豆腐+祥園豬肉+時蔬-煮	和風蘿蔔 蘿蔔+柴魚+時蔬-燒	青菜	筍片排骨湯 筍+祥園豬肉+時蔬-煮		6.3	2.9	1.9	2.8			864
22	五	五穀飯 白米+五穀米-蒸	五香翅小腿X2 翅小腿-滷	酢醬豬 祥園豬肉+豆干+時蔬-煮	蒜香洋芋 馬鈴薯+蒜+時蔬-煮	青菜	紅豆紫米粥 紅豆+黑糯米-煮	水果	6.4	2.8	2.0	2.9	1.0		931
25	一	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	沙茶炒雞 雞肉+時蔬-炒	螞蟻上樹 冬粉+干丁+祥園豬肉+時蔬-煮	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	酸辣湯 豆腐+時蔬-煮	豆漿	6.6	3.0	1.9	2.7			889
26	二	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	香燒豬排X1 豬排-燒	角螺豆皮燒 豆皮+時蔬-煮	翠炒白菜 大白菜+時蔬-炒	青菜	◎冬瓜珍珠 粉圓+冬瓜糖-煮		6.4	2.9	2.0	2.7			869
27	三	特製 義大利麵 麵+時蔬-煮	嫩汁雞排X1 雞排-燒	番茄肉醬 祥園豬肉+番茄+時蔬-煮	梅甘薯條X5 地瓜薯條+梅子粉-烤	青菜	蔬菜湯 時蔬+南瓜-煮	水果	6.5	2.8	1.9	2.7	1		927
28	四	小米飯 白米+小米-蒸	羅勒青醬燉雞 雞肉+時蔬-煮	什錦燴蛋 蛋+玉米+時蔬-炒	鮮蔬高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	巧達濃湯 馬鈴薯+時蔬-煮		6.4	2.8	1.9	2.8			864
29	五	麥片飯 白米+麥片-蒸	無錫排骨 祥園豬肉+年糕-煮	★◎麥克雞塊X2 雞塊-炸	鐵板芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	薑絲紫菜湯 紫菜+薑-煮	水果	6.3	2.8	2.0	2.9	1.0		923

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

※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※