

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全蛋 (個)	亞麻油 (cc)	蛋黃 (個)	油類 (cc)	糖類 (g)	水果 (g)	乳品 (g)	熱量 (大卡)
01	三	DIY奶香白醬麵 麵+時蔬-煮	炙燒雞排X1 雞排-燒	奶香肉醬 祥園豬肉+時蔬-煮	芝香芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	鄉村蔬菜湯 時蔬-煮	水果	6.5	3.0	2.0	3.0	1.0			958
02	四	麥片飯 白米+麥片-蒸	壽喜燒豬 祥園豬肉+時蔬-燒	蒜香魚丁X3 魚+時蔬-燒	繽紛花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	薑絲海芽湯 海芽+薑-煮		6.6	3.0	1.9	2.9				898
03	五	紫米飯 白米+紫米-蒸	普羅旺斯雞 雞肉+時蔬-炒	滑嫩蒸蛋 蛋+時蔬-蒸	紅仁甘藍 高麗菜+時蔬-炒	青菜	摩摩喳喳 西谷米+芋頭+地瓜-煮	水果	6.3	3.0	2.0	2.9	1.0			938
06	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	鮮蔬炒豬 祥園豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	茄醬雞X3 雞肉-燒	和風白菜煮 大白菜+時蔬-煮	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚片-煮	豆漿	6.4	3.3	1.9	2.7				897
07	二	麥片飯 白米+麥片-蒸	醬燒豬肉 祥園豬肉+時蔬-炒	番茄炒蛋 番茄+蛋+時蔬-煮	家常炒筍 筍+時蔬-炒	青菜	蔬菜雞湯 雞肉+時蔬-煮		6.3	3.0	2.0	2.8				874
08	三	DIY狀元滷肉飯 白米-蒸	五香翅小腿X2 翅小腿-滷	香菇肉燥 祥園豬肉+時蔬-滷	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	什錦鮮蔬湯 時蔬-煮	水果	6.4	3.0	2.0	2.8	1.0			941
09	四	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	蒲燒雞 雞肉+時蔬-燒	★金黃魚條X2 魚-炸	蒜味四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	金菇豆腐湯 豆腐+菇+時蔬-煮		6.2	3.2	1.9	2.8				879
10	五	糙米飯 白米+糙米-蒸	鐵路豬排X1 豬排-燒	雞茸寬粉 寬粉+雞肉+時蔬-煮	菇炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	◎黑糖包心圓 包心圓+QQ圓+黑糖-煮	水果	6.4	3.0	2.0	2.9	1.0			946
<b>★5/13(一)校慶補假★</b>																
14	二	五穀飯 白米+五穀米-蒸	BBQ燒肉 祥園豬肉+時蔬-燒	◎鮮蔬福州丸X1 福州丸+時蔬-煮	鐵板芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	番茄蔬菜湯 番茄+時蔬-煮	豆漿	6.2	2.9	2.0	3.0				868
15	三	蔥香雞汁拌麵 麵+雞肉+時蔬-煮	嫩汁雞排X1 雞排-燒	馬鈴薯丸X3 馬鈴薯丸-烤	鮮炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	榨菜肉絲湯 祥園豬肉+榨菜+時蔬-煮	水果	6.6	3.0	2.0	2.9	1.0			961
16	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	高昇排骨 祥園豬肉+芝麻+年糕-煮	玉米炒蛋 蛋+玉米-炒	翠炒條豆 四季豆+時蔬-炒	青菜	時蔬豆腐湯 豆腐+時蔬-煮		6.5	3.0	1.9	2.9				891
17	五	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	◆蒜蓉鮮魚 水滷魚+豆腐+時蔬-煮	照燒嫩雞 雞肉+時蔬-燒	什錦燴鮮瓜 瓜+時蔬-炒	青菜	花生麥片湯 花生+麥片-煮	水果	6.5	2.8	2.0	2.8	1.0			934
20	一	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	醬爆雞丁 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	◎可樂餅X1 可樂餅-烤	爆炒白菜 白菜+時蔬-煮	青菜	味噌豆腐湯 味噌+豆腐-煮	全脂保久乳	6.6	3.1	2.0	2.8		1.0		1004
21	二	紫米飯 白米+紫米-蒸	白醬燴雞 雞肉+時蔬-煮	什錦燴蛋 蛋+時蔬-炒	彩繪玉米 玉米+芋頭+時蔬-煮	青菜	羅宋湯 蕃茄+時蔬-煮	履歷豆漿	6.4	3.3	2.0	3.0				913
22	三	招牌油飯 糯米+開陽+祥園豬肉+時蔬-蒸	香滷豬排X1 豬排-滷	◎日式黑輪捲X1 魚漿製品+時蔬-煮	田園時蔬 南瓜+時蔬-煮	青菜	筍子排骨湯 祥園豬肉+筍+時蔬-煮	水果	6.6	3.1	2.0	2.9	1.0			968
23	四	五穀飯 白米+五穀米-蒸	蜜番薯燒豬 芝麻+祥園豬肉+地瓜+時蔬-煮	★虱目魚條X2 魚-炸	和風芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	鮮瓜雞湯 雞肉+時蔬-煮		6.5	3.0	1.9	2.6				877
24	五	小米飯 白米+小米-蒸	醋溜雞丁 雞肉+時蔬-炒	豬肉燒豆皮 豆皮+祥園豬肉+時蔬-煮	蒜炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	紅豆紫米粥 紅豆+黑糯米-煮	水果	6.2	3.0	2.0	3.0	1.0			935
27	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	泰式打拋豬 祥園豬肉+九層塔+時蔬-煮	★◎麥克雞塊X2 雞塊-炸	塔香海茸 海茸+時蔬-煮	青菜	香菇雞湯 香菇+雞肉+薑絲-煮	豆漿	6.2	2.8	2.0	2.9				856
28	二	麥片飯 白米+麥片-蒸	蜜汁燒肉 祥園豬肉+時蔬-燒	鮮蔬魷魚 魷魚+時蔬-炒	時蔬燴筍 筍+時蔬-燴	青菜	海芽湯 海芽+薑-煮		6.4	3.1	2.0	2.8				889
29	三	特製義大利麵 麵+時蔬-煮	西式雞排X1 雞排-燒	番茄肉醬 祥園豬肉+時蔬-煮	地瓜薯條X5 地瓜薯條-烤	青菜	巧達濃湯 馬鈴薯+時蔬-煮	水果	6.4	3.0	2.0	3.0	1.0			950
30	四	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	蒜泥白肉 祥園豬肉+時蔬-煮	毛豆炒蛋 蛋+毛豆+時蔬-炒	清炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	酸菜肉絲湯 祥園豬肉+酸菜+時蔬-煮		6.4	3.0	2.0	2.9				886
31	五	五穀飯 白米+五穀米-蒸	墨西哥雞肉 雞肉+時蔬-炒	紹子油腐 祥園豬肉+油豆腐+時蔬-煮	香甜玉米 玉米+時蔬-煮	青菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮	水果	6.5	3.3	1.9	2.6	1.0			960

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※