



日期	星期	主食	主菜1	副菜1	副菜2	副菜3	湯品	附品	全蛋類	豆魚類	蔬菜類	油脂類	熱量 kcal
									(份)	(份)	(份)	(份)	
8/30	五	香Q白飯 白米	醬爆豬柳 豬肉 蔬菜(炒)	腐皮雞肉煲 豆皮 雞肉 蔬菜(煮)	香炒白菜 大白菜 蔬菜(炒)	青菜	鮮筍大骨湯 大骨 筍		4.7	2.4	1.6	2.1	644
2	一	香Q白飯 白米	日式親子丼 雞肉 蔬菜 蛋(煮)	腐皮花枝捲*1 花枝捲(烤)	脆炒時瓜 時瓜 蔬菜(炒)	有機菜	肉燥芥菜湯 薑豆芥 肉燥		4.8	2.3	1.8	2.2	653
3 蔬食日	二	小米有機白飯 有機白米 小米	時蔬炒蛋 蛋 時蔬(炒)	肉燥油腐 油豆腐 時蔬 豬絞肉(滷)	鮮菇高麗 高麗菜 菇類 時蔬(炒)	有機菜	玉米蛋花湯 玉米粒 蛋花	水果	4.5	2.4	1.8	2.2	639
5	四	五穀飯 白米 五穀米	酸甜雞 雞肉 時蔬(燻)	肉香豆腐 豆腐 時蔬 豬肉(燒)	蒜香花椰 花椰菜 蔬菜(炒)	有機菜	地瓜粉圓湯 地瓜 粉圓	水果	4.7	2.4	1.8	2.5	667
6	五	拿坡裡義大利麵 義大利麵 豬肉 玉米粒	炙烤豬排*1 豬排(烤)	甘藷條*4 地瓜條(烤)	麻香豆芥 薑豆芥 蔬菜(炒)	青菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔 排骨		4.5	2.5	1.8	2.2	647
9	一	香Q白飯 白米	◆照燒魚丁 水蜜桃丁 洋蔥 蔬菜(燒)	干片肉燥 豆干片 肉燥 時蔬(炒)	乾煸季豆 豆段 時蔬(炒)	有機菜	黃瓜大骨湯 黃瓜 大骨		4.7	2.5	1.8	2.2	661
10	二	有機白飯 有機白米	奶香咖喱豬 豬肉 時蔬(煮)	燒肉丸*1 豬肉丸 蔬菜(燒)	木耳炒筍 筍 木耳(炒)	有機菜	薑絲海苔湯 海帶芥 薑絲 豬肉	水果	4.8	2.4	1.8	2.2	660
12	四	肉燥炒飯 白米 肉燥	炙烤雞排*1 雞排(烤)	海結豆皮 海帶結 豆皮(滷)	脆炒高麗 高麗菜 時蔬(炒)	有機菜	鮮瓜貢丸湯 黃瓜 貢丸 大骨	水果	5	2.1	1.8	2.5	665
13	五	紅藜飯 白米 紅藜	塔香燒肉 豬肉 九層塔 蔬菜(燒)	什錦炒蛋 蛋 玉米粒 毛豆(炒)	脆炒蒲瓜 蒲瓜 時蔬(炒)	青菜	柴香味噌湯 海帶芥 豆腐 柴魚片		5	2.4	1.5	2.5	680
16	一	香Q白飯 白米	和風豬 豬肉 時蔬(煮)	海苔蒸蛋 蛋 海苔(蒸)	鮮蔬冬粉 冬粉 時蔬(炒)	有機菜	冬瓜大骨湯 冬瓜 大骨		4.5	2.4	1.8	2.4	648
17	二	中秋節快樂!!!											
19	四	干丁肉燥麵 麵條 豆干丁 豬肉	唐揚雞 雞肉 蔬菜(燒)	白菜獅子頭*1 獅子頭 蔬菜(燒)	鮮菇時瓜 鮮菇 時瓜(炒)	有機菜	羅宋湯 馬鈴薯 時蔬 豬肉	水果	4.5	2.6	1.3	2.2	642
20	五	香Q白飯 白米	京醬豬肉 豬肉 蔬菜(燒)	薑燒海根 海帶根 薑(炒)	金菇豆段 金針菇 豆段(炒)	青菜	玉米濃湯 玉米粒 時蔬 蛋		4.7	2.3	1.8	2.2	646
23	一	胚芽飯 白米 胚芽米	果香肉柳 豬肉 蔬菜 鳳梨(燒)	BBQ翅小腿*1 翅小腿(烤)	腐皮白菜 白菜 腐皮(炒)	有機菜	大骨蘿蔔湯 蘿蔔 豬骨	TAP 豆漿	4.7	2.4	1.8	2.3	658
24	二	海苔肉鬆 有機白飯 有機白米 肉鬆 海苔	炙烤雞排*1 雞排(烤)	啾啾玉米蛋 蛋 玉米粒 時蔬(炒)	鮮菇炒筍 筍 時蔬 有機金針菇(炒)	有機菜	綠豆薏仁湯 綠豆 薏仁	水果	4.6	2.5	1.8	2.3	658
26	四	麥片飯 白米 麥片	鐵板豬柳 豬肉 蔬菜(燒)	魷魚丸*2 花枝丸(烤)	脆炒高麗 高麗菜 時蔬(炒)	有機菜	豚骨鮮瓜湯 鮮瓜 豬骨	水果	4.7	2.3	1.8	2.5	659
27	五	香Q白飯 白米	◆醬燒魚丁 水蜜桃丁 時蔬(燻)	肉片油腐 肉片 油腐(滷)	香炒銀蘿 蘿蔔 時蔬(炒)	青菜	番茄芥菜湯 番茄 芥菜		4.5	2.3	1.8	2.2	632
30	一	香Q白飯 白米	紅燒燻肉 豬肉 蔬菜(燻)	玉米雞茸 玉米粒 雞肉 時蔬(炒)	芝香季豆 白芝麻 季豆(炒)	有機菜	冬瓜粉線湯 冬瓜 粉線		4.3	2.4	1.6	2.4	629

★因市場因素更換菜色, 敬請見諒★本菜單採用非基改之玉米及豆製品★

★本菜單含有海鮮、花生、堅果、蛋、小麥、奶類及相關製品, 不適合過敏體質食用★

★本公司皆使用國產豬肉★

★表示炸物
◆表示3章認證水產品

主菜種類(次/月)		主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
豆類 及其製品	魚肉 及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理 食品	加工食品	
						魚肉類	其他
0次	2次	9次	5次	16次	0次	0次	2次