

日期	星期	主食	主菜1	副菜1	副菜2	副菜3	湯品	附品	金雞鐵樹湯(份)	豆魚蛋肉湯(份)	蔬葉類(份)	油麵類(份)	熱量kcal
2	一	糙米飯 白米 糙米	普羅旺斯燒肉 豬肉 馬鈴薯 紅蘿蔔(燒)	鵪鶉蛋*1滷味 豆干 鵪鶉蛋 時蔬(滷)	韓式薑芽 薑豆芽 時蔬(炒)	有機菜	筍片肉絲湯 筍 時蔬 豬肉		5	2.7	2	2.5	715
3 蔬食日	二	有機白飯 有機白米	洋芋燒雞 雞絞肉 馬鈴薯(燒)	芝香豆段 豆段 芝麻(炒)	腐皮鮮瓜 瓜 有機金針菇 腐皮(炒)	有機菜	紅豆牛奶 蜜紅豆 花生 奶粉	水果	5	2.6	2	2.5	708
4	三	香Q白飯 白米	醬爆肉片 豬肉 時蔬(燒)	蒲燒豆腐 油豆腐 時蔬(燒)	脆炒高麗 高麗菜 時蔬(炒)	青菜	芥菜豬肉湯 薑豆芽 豬肉		4.9	2.7	2	2.5	708
5	四	法式白醬義式麵 麵條 玉米粒 豬肉 起司	BBQ雞翅*1 雞翅(烤)	香炒青花 青花菜 時蔬(炒)	地瓜條*4 地瓜條(烤)	有機菜	羅宋湯 番茄 時蔬	水果	5	2.6	2	2.5	708
6	五	芝麻飯 白米 芝麻	壽喜燒肉 豬肉 時蔬(燒)	什錦炒蛋 蛋 時蔬(炒)	鮮蔬冬粉 冬粉 時蔬(炒)	青菜	味噌湯 海帶芽 豆腐		5	2.8	2	2.5	723
9	一	胚芽飯 白米 胚芽米	京醬肉絲 豬肉 干片 洋蔥(燒)	BBQ翅小腿*1 翅小腿(烤)	金菇豆段 豆段 金針菇(炒)	有機菜	白菜豬肉湯 大白菜 豬肉		5	2.8	2	2.5	723
10	二	香鬆有機白飯 有機白米 香鬆	泡菜雞 雞肉 年糕 泡菜(煮)	麥克雞塊*2 麥克雞塊(烤)	香炒雙花 青花菜 白花椰 時蔬(炒)	有機菜	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔 排骨	水果	5.2	2.5	2.3	2.5	722
11	三	香Q白飯 白米	香烤雞排*1 雞排(烤)	綜合滷味 豆干 海帶片 米血糕(滷)	彩繪銀芽 綠豆芽 時蔬(炒)	青菜	珍菇什錦湯 金針菇 時蔬		5	2.6	2	2.5	708
12	四	小米飯 白米 小米	日式咖喱豬 豬肉 時蔬(煮)	滷蛋*1 蛋(滷)	薑絲冬瓜 冬瓜 薑絲(炒)	有機菜	三鮮湯 豆腐 筍絲 時蔬	水果	5	2.8	2	2.5	723
13	五	香Q白飯 白米	蒜泥白肉 豬肉 時蔬(燒)	★鹹酥雞*2 雞肉 時蔬(炸)	蘿蔔海海結 海帶結 蘿蔔(滷)	青菜	巧達濃湯 馬鈴薯 蛋 時蔬		5.2	2.6	2	2.5	722
16	一	茄汁肉醬義大利麵 麵條 番茄 玉米粒 豬肉	★酥脆雞翅*1 雞翅(炸)	地瓜條*4 地瓜條(烤)	蒜香高麗 高麗菜 時蔬(炒)	有機菜	紫菜湯 海帶芽 薑絲		5	2.8	2	3	787
17	二	有機白飯 有機白米	紅燒燻肉 豬肉 時蔬(燻)	柴香蒸蛋 蛋 柴魚(蒸)	海帶干絲 海帶 豆干(炒)	有機菜	鮮瓜雞湯 瓜 雞肉	水果	5.3	2.5	2	2.5	759
18	三	芝麻飯 白米 芝麻	薑汁燒肉 豬肉 時蔬(燒)	椒香魷魚丸*2 魷魚丸(烤)	木耳炒筍 筍 木耳 時蔬(炒)	青菜	柴魚蔬菜湯 時蔬 柴魚片		5.3	2.5	2	2.5	759
19	四	糙米飯 白米 糙米	避風塘炒雞 雞肉 豆豉 蒜酥(炒)	玉米肉茸 玉米粒 豬肉(燒)	金菇鮮瓜 金針菇 瓜 時蔬(炒)	有機菜	黑糖波霸 粉圓	水果	5	2.5	2	2.6	742
20	五	香Q白飯 白米	◆塔香魚丁 生鮮水鯊魚 時蔬(燒)	照燒豬肉 豬肉 時蔬(燒)	脆炒白菜 大白菜 時蔬(炒)	青菜	豆腐蛋花湯 豆腐 蛋		5	2.5	2	2	715
23	一	五穀飯 白米 五穀米	蔥爆豬柳 豬肉 時蔬(燒)	時蔬炒蛋 蛋 玉米粒(炒)	鮮蔬豆段 豆段 時蔬(炒)	有機菜	番茄蔬菜湯 番茄 時蔬	TAP 豆漿	5	2.5	2	2.5	738
24	二	有機白飯 有機白米	蠔油燒雞 雞肉 時蔬(燒)	下飯瓜仔肉 干丁 碎瓜 豬肉(燒)	紅絲高麗 高麗菜 紅蘿蔔(炒)	有機菜	海苔味噌湯 海帶芽 豆腐	水果	4.8	2.7	2	2.5	742
25	三	麥片飯 白米 麥片	壽喜燒 豬肉 時蔬(燒)	海苔薯餅*2 薯餅 海苔粉(烤)	彩蔬花椰 花椰菜 時蔬(炒)	青菜	清爽玉米湯 玉米 時蔬		5	2.8	2	2.5	765
26	四	招牌油飯 糯米 肉絲 香菇 蝦皮	洋釀翅小腿*2 翅小腿(燻)	◆香烤魚塊*2 虱目魚塊(烤)	木須蒲瓜 蒲瓜 木耳(炒)	有機菜	馬鈴薯雞湯 馬鈴薯 雞肉	水果	5	2.5	2	2.5	738
27	五	香Q白飯 白米	唐揚雞 雞肉 時蔬(燒)	士福滷味 豆干 海帶片(滷)	茄汁洋芋 馬鈴薯 玉米粒 時蔬(燒)	青菜	冬瓜大骨湯 冬瓜 豬骨		5	2	2	3	715
30	一	香Q白飯 白米	三杯雞 雞肉 時蔬 九層塔(燒)	鍋燒獅子頭*1 獅子頭 時蔬(燒)	彩繪干絲 豆干絲 木耳(炒)	青菜	田園蛋花湯 蛋 時蔬		5	2.9	2	2.5	774
★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★													
◎含過敏原食材標示 ★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疊認證水產品													
主菜種類(次/月)													
副菜食材分析(次/月)													
副菜食材分析(次/月)													
其他分析(次/月)													
其他分析(次/月)													