



日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀 根莖	豆魚 肉蛋	蔬菜	油脂	熱量	
1	二	玉米總匯炒飯 【有機米】	★唐揚雞 雞肉-炸	番茄炒蛋 番茄, 雞蛋-炒	焗烤卡邦尼花椰 花椰菜, 起司絲-烤	吉園圃	綠豆西米露 西谷米, 綠豆	水果	5	2.5	2	2.6	705
2	三	白飯	鐵板燒豬肉 豬肉, 鮮蔬-炒	奶香玉米雞 非基改玉米, 洋芋, 雞肉-煮	蛋酥高麗 高麗菜, 蛋酥-炒	吉園圃	山藥雞湯 雞肉, 山藥		5.2	2.5	2	2.4	710
3	四	薏仁飯	香草烤雞腿 雞肉-烤	麻婆豆腐 非基改豆腐, 豬肉-煮	港式燒賣 豬肉燒賣-蒸(2個)	吉園圃	鮮筍排骨湯 筍, 豬肉	水果	5.1	2.5	2	2.4	703
4	五	芝麻飯	紅糟醬燒豬 豬肉, 鮮蔬-燒	春川炒雞 白菜, 年糕, 甜不辣, 雞肉-炒	蝦香胡瓜 胡瓜, 蝦米-炒	吉園圃	芹香菜頭湯 蘿蔔, 鮮蔬		5.1	2.5	2.3	2.5	715
7	一	胚芽飯	南洋沙嗲雞 雞肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔-煮	椰菜炒肉片 花椰菜, 鮮蔬, 豬肉-炒	酥皮小餡餅 豬肉餡餅-烤(2個)	吉園圃	紅豆湯 紅豆		5.1	2.5	2.1	2.5	710
8	二	白飯 【有機米】	鳳梨咕咾肉 豬肉, 鳳梨-炒	玉米蝦仁 非基改玉米, 鮮蔬, 蝦仁-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	吉園圃	蒜香雞湯 雞肉, 香菇, 蒜	水果	5.3	2.6	2	2.4	724
9	三	南瓜飯	鮑菇沙茶雞 雞肉, 杏鮑菇-炒	排骨酥燉菜煲 白菜, 豬肉, 鮮蔬-煮	椒香豆芽 豆芽菜, 木耳-炒	吉園圃	日式蘿蔔湯 蘿蔔, 味噌		5	2.5	2.3	2.4	703
10	四	雜糧飯	鮮蔬麻油雞 雞肉, 鮮蔬, 米血糕-煮	醬燒豬排 豬肉-燒	香滷冬瓜 冬瓜, 木耳-煮	吉園圃	南瓜濃湯 南瓜, 洋芋, 雞蛋	水果	5.1	2.4	2.3	2.4	703
11	五	麥片飯	杏仁蜜汁雞 雞肉-燒	海山醬油豆腐 非基改油豆腐, 蘿蔔-煮	玉筍長豆 長豆, 玉米筍-炒	吉園圃	薏仁子排湯 薏仁, 豬肉		5	2.5	2.1	2.5	703
14	一	焗烤青醬義大利麵	照燒豬排 豬肉-燒	★香酥起司球 起司球-炸(2個)	佃煮蒲瓜 蒲瓜, 香菇-煮	吉園圃	紫菜蛋花湯 紫菜, 雞蛋		5	2.6	2.1	2.5	710
15	二	芝麻飯 【有機米】	烤棒棒腿X2 雞肉-烤	波隆那肉醬 洋蔥, 豬肉, 鮮蔬-煮	鮮蔬玉筍 小黃瓜, 筍-煮	吉園圃	味噌豆腐湯 非基改豆腐, 味噌	水果	5	2.5	2.2	2.5	705
16	三	白飯	回鍋肉 豬肉, 蘿蔔-煮	日式和風燉菜 蘿蔔, 黑輪, 蒟蒻絲, 鮮蔬-煮	蒜香甘藍 高麗菜, 蒜-炒	吉園圃	鳳梨雞湯 雞肉, 鳳梨		5.2	2.4	2.2	2.4	707
17	四	紫米飯	蘑菇奶醬燉雞 雞肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔-煮	菇香肉片 香菇, 豬肉-炒	洋蔥炒蛋 洋蔥, 雞蛋-炒	吉園圃	甜芋西米露 西谷米, 芋頭	水果	5	2.6	2	2.5	708
18	五	地瓜飯	豬肉壽喜燒 豬肉, 鮮蔬, 雞蛋-煮	茄汁凍豆腐 非基改凍豆腐, 番茄, 毛豆-炒	魷香花椰 花椰菜, 魷魚-炒	吉園圃	清甜鮮瓜湯 大黃瓜		5.1	2.6	2	2.5	715
21	一	紅藜飯	蘋果咖哩豬 豬肉, 馬鈴薯, 鮮蔬-煮	椒鹽雞排 雞肉-燒	麻香滷味 蘿蔔, 海結, 非基改豆干, 芝麻-煮	吉園圃	黑糖地瓜湯 地瓜		5.3	2.6	2.1	2.5	731
22	二	白飯 【有機米】	蒙古烤肉 豬肉, 鮮蔬-炒	★花枝排 花枝排-炸	豆酥菜豆 菜豆, 豆酥-炒	吉園圃	玉米濃湯 非基改玉米, 洋芋, 雞蛋	水果	5.1	2.5	2.1	2.4	705
23	三	五穀飯	宮保雞丁 雞肉, 花生-煮	醬燒筍丁肉燥 非基改豆干, 筍, 豬肉-煮	芋香白菜 白菜, 芋頭-炒	吉園圃	山藥大骨湯 山藥, 枸杞, 豬肉		5.1	2.5	2.2	2.5	712
24	四	嘉義雞肉飯	蒜蓉肉片 豬肉, 蒜-炒	馬鈴薯炒蛋 洋芋, 雞蛋, 鮮蔬-炒	客家小炒 非基改乾片, 魷魚, 鮮蔬-炒	吉園圃	青木瓜雞湯 雞肉, 青木瓜	水果	5.2	2.6	2	2.3	713
25	五	燕麥飯	海南雞 雞肉, 蔥-炒	塔香魚肉 雞肉-燒	柴香鮮瓜 黃瓜, 柴魚	吉園圃	肉羹湯 筍, 肉羹		5.3	2.4	2	2.4	709
28	一	海苔香鬆飯	烤肉醬豬排 豬肉-燒	珍珠丸子 珍珠丸-蒸(2個)	脆炒豆芽 豆芽菜, 紅蘿蔔-炒	吉園圃	麻香葷絲湯 菇, 鮮蔬		5.1	2.5	2	2.5	707
29	二	燕麥飯 【有機米】	梅香嫩雞 雞肉, 鮮蔬-煮	紅蔥肉燥滷蛋 雞蛋, 非基改乾丁, 豬肉, 紅蔥-煮	夯烤地瓜 地瓜-烤	吉園圃	冬瓜山粉圓 山粉圓	水果	5	2.6	2	2.5	708
30	三	白飯	紅燒番茄豬 豬肉, 番茄, 鮮蔬-煮	玉米肉蓉 非基改玉米, 鮮蔬, 豬肉-煮	菇溜花椰 花椰菜, 菇-炒	吉園圃	味噌海芽湯 海芽, 味噌		5.3	2.4	2	2.3	705
31	四	雜糧飯	甜芋燉雞 雞肉, 芋頭-煮	京醬什錦肉絲 非基改皮絲, 豬肉, 洋蔥-炒	清炒高麗 高麗菜, 鮮蔬-炒	吉園圃	肉骨茶湯 蘿蔔, 豬肉	水果	5.2	2.5	2	2.5	714

→本菜單內容含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用~!