



日期	星期	主食	主菜	副主菜	副菜	湯品	附品	牛奶	果汁	水果	點心	其他
3	一	芝麻飯 黑芝麻、白米	醬煲雞丁 雞肉、紅蘿蔔(炒)	回鍋肉片 豆干、豬肉、高麗菜(炒)	咖哩洋芋 馬鈴薯、紅蘿蔔(煮)	玉米豚骨湯 玉米、豬骨(煮)						
4	二	有機白飯 有機白米	匈牙利燉肉 雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔(燉)	刈薯炒蛋 刈薯、蛋(炒)	木耳白菜 大白菜、木耳、蒜菜(煮)	香菇雞湯 蔬菜、香菇、雞肉(煮)	水果					
5	三	DIY味噌拉麵 長麵	★香酥雞腿*1 雞腿(炸)	鐵板油豆腐 油豆腐、蔬菜(炒)	翠炒甘藍 高麗菜、紅蘿蔔、木耳(炒)	味噌蛋花湯 海帶芽、蛋(煮)						
6	四	香Q白飯 白米	糖醋雞丁 雞肉、地瓜(燻)	玉米肉茸 豬肉、玉米、蔬菜(炒)	枸杞鮮瓜 大西瓜、枸杞(炒)	肉骨茶湯 蘿蔔、豆腐皮、肉骨茶(煮)	水果					
7	五	燕麥飯 燕麥、白米	薑汁燒肉 豬肉、洋蔥(燻)	招牌滷味 甜條、豬西糕(滷)	雙色花椰 花椰菜、青花菜、蔬菜(炒)	羅宋湯 豬肉、高麗菜、馬鈴薯、番茄(煮)						

~祝各位雙十國慶愉快!~

11	一	蔥油雞絲 有機飯 雞肉、有機白米	泰式打拋豬 豬肉、蕃茄、洋蔥(煮)	毛豆燒豆腐 毛豆、豆腐、蔬菜(燻)	木須銀芽 豆芽菜、木耳、紅蘿蔔(炒)	山粉圓甜湯 山粉圓(煮)	水果					
12	三	香Q白飯 白米	腰果雞丁 腰果、雞肉、蔬菜(燻)	燒膏*2 燒膏(蒸)	翠炒高麗 高麗菜、紅蘿蔔(炒)	酸辣湯 筍、木耳、紅蘿蔔、蛋(煮)						
13	四	麥片飯 麥片、白米	蒜泥白肉 豬肉、蔬菜(燻)	★炸物雙拼 翅小雞*1、地瓜(炸)	日式蘿蔔煮 蘿蔔、紅蘿蔔、海帶結(煮)	南瓜濃湯 南瓜、蛋(煮)	水果					
14	五	芝麻飯 黑芝麻、白米	佛蒙特咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔(燉)	玉米炒蛋 蛋、玉米粒(炒)	金菇花椰 花椰菜、青花菜、金針菇(炒)	味噌湯 裙帶芽、豆腐(煮)						
17	一	香Q白飯 白米	日式親子丼 雞肉、洋蔥、蛋(煮)	鮑菇滷油豆腐 油豆腐、杏鮑菇(滷)	蝦香白菜 蝦皮、大白菜、紅蘿蔔(炒)	海帶排骨湯 海帶、豬骨(煮)						
18	二	有機白飯 有機白米	照燒豬柳 豬肉、洋蔥(燻)	咖哩魚丁 馬鈴薯、蔬菜、魚丁(燻)	彩繪鮮瓜 蕃瓜、蔬菜(炒)	三絲豆腐湯 筍、豆腐、紅蘿蔔、木耳(煮)	水果					
19	三	香Q白飯 白米	日式壽喜燒 豬肉、蔬菜(燻)	★麥克雞塊*2 麥克雞塊(炸)	翡翠三絲 海帶絲、干絲、紅蘿蔔(炒)	枸杞雞湯 枸杞、蔬菜、雞肉(煮)						
20	四	茄汁肉醬 螺旋麵 螺旋麵、豬肉、玉米粒(煮)	古早味雞排*1 雞排(滷)	干片肉絲 干片、豬肉、蔬菜(炒)	香炒甘藍 高麗菜、蔬菜(炒)	蘿蔔排骨湯 蘿蔔、排骨(煮)	水果					
21	五	地瓜飯 地瓜、白米	紅燒滷肉 豬肉、筍(滷)	螞蟻上樹 豬蹄肉、冬粉、豆芽菜(炒)	紅絲條豆 紅蘿蔔、豆段(炒)	玉米蛋花湯 玉米粒、蛋、紅蘿蔔(煮)						
24	一	士福油飯 糯米、蝦米、豬肉、香菇	香烤雞翅 *1 三翅雞翅(烤)	QQ滷蛋 蛋(滷)	白綠雙花 花椰菜、青花菜(炒)	綠豆麥片湯 綠豆、麥片(煮)	TAD 豆漿					
25	二	有機白飯 有機白米	沙茶鮮魚煲 馬鈴薯、魚丁、蔬菜(燻)	油腐燉雞 油豆腐、雞肉(燉)	蝦香高麗 高麗菜、蝦皮、紅蘿蔔(炒)	黃瓜排骨湯 黃瓜、豬骨(煮)	水果					
26	三	香Q白飯 白米	三杯雞丁 雞肉塊、九層塔、米西桂(炒)	海鮮捲 *1 海鮮捲(烤)	腐皮滷白菜 豆腐皮、大白菜(煮)	田園蔬菜湯 番茄、馬鈴薯、豬肉、洋蔥(煮)						
27	四	糙米飯 糙米、白米(蒸)	糖醋咕咾肉 豬肉、地瓜(燻)	肉茸炒蛋 豬肉、蔬菜、蛋(炒)	柴香銀蘿 柴魚片、蘿蔔、紅蘿蔔(燻)	味噌豆腐湯 海苔、豆腐(煮)	水果					
28	五	紅藜飯 紅藜、白米	韓式泡菜豬 豬肉、大白菜、年糕(燻)	豆瓣炒雞 蔬菜、雞肉(炒)	椒香銀芽 豆芽菜、蔬菜(炒)	南瓜蛋花湯 南瓜、蛋(煮)						
31	一	香Q白飯 白米	南洋咖哩雞 馬鈴薯、雞肉、紅蘿蔔(煮)	大溪 沙茶滷味 香丸、豆干(滷)	脆薯炒肉絲 豬肉、刈薯(炒)	海帶蛋花湯 海帶、蛋(煮)						

★因市場因素更換菜色，敬請見諒★本菜單採用非基因改造之玉米及豆製品★本廠未使用經耐污染食品★
★本菜單含有蝦、花生、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★

日期	品名	主菜材料分析表(20/100)				副菜材料分析表(20/100)				湯品材料分析表(20/100)			
		魚肉	雞肉	豬肉	其他	魚肉	雞肉	豬肉	其他	魚肉	雞肉	豬肉	其他
02		1.3	0.2	1.0	0.2	0.2	0.2	0.2	0.2	1.3	0.2	0.2	