

日期		星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全脂 鮮乳 (份)	豆腐 雞肉 (份)	蔬菜 (份)	油脂 (份)	水果 (份)	乳品 (份)	熱量 (大卡)
11	二		薏仁飯  白米+洋薏仁-蒸	招牌咖哩豬  祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	茄醬雞X3  雞肉-燒	香炒海絲  海絲+時蔬-煮	有機蔬菜	日式蔬菜湯  味噌+時蔬+南瓜-煮		5.6	2.6	1.9	2.4	0.0	0.0	771
12	三		芝麻飯  芝麻+白米-蒸	酢醬豬  祥圓豬肉+豆干+時蔬-煮	★◎金黃小魚X2  魚-炸	蕈菇花椰  花椰菜+菇+時蔬-炒	履歷蔬菜	白玉雞湯  雞肉+白蘿蔔+時蔬-煮		5.8	2.8	1.7	2.9	0.0	0.0	818
13	四		五穀飯  白米+五穀米-蒸	梅干燒雞  雞肉+梅干菜+筍干-燒	番茄炒蛋  番茄+蛋+時蔬-煮	韓式拌雜菜  芽菜+時蔬-煮	履歷蔬菜	海芽豆腐湯  海芽+豆腐+薑-煮		5.7	2.6	1.8	2.3	0.0	0.0	771
14	五		韓國海苔紫米拌飯  海苔+芝麻+白米+紫米-蒸	醬燒豬排x1  豬排-燒	◎年糕甜條  年糕+甜條+泡菜+時蔬-煮	日式蘿蔔  白蘿蔔+時蔬+柴魚-燒	履歷蔬菜	酸菜肉絲湯  祥圓豬肉+酸菜+時蔬-煮	履歷豆漿	5.7	3.3	1.9	2.6	0.0	0.0	840
17	一		小米飯  白米+小米-蒸	◆沙茶魚  水鯊+時蔬-煮	岩燒豬肉  祥圓豬肉+時蔬-燒	田園時蔬  南瓜+時蔬-煮	履歷蔬菜	鮮蔬雞湯  雞肉+時蔬-煮		5.6	2.8	2.0	2.4	0.0	0.0	788
18	二		胚芽飯  白米+胚芽米-蒸	蒜香燉雞  雞肉+時蔬-燒	什錦燴蛋  蛋+時蔬-炒	爆炒白菜  白菜+時蔬-煮	有機蔬菜	義式蔬菜湯  時蔬-煮		5.5	3.0	1.9	2.8	0.0	0.0	811
19	三		芝麻飯  芝麻+白米-蒸	黑糖滷肉  祥圓豬肉+時蔬-滷	沙茶魷魚  魷魚+時蔬-炒	鮮蔬四季  四季豆+時蔬-炒	履歷蔬菜	柴魚味噌湯  味噌+豆腐+柴魚片-煮	履歷豆漿 (中 年級 課後 班)	5.8	3.3	2.0	2.9	0.0	0.0	863
20	四		番茄肉醬義大利麵  麵+祥圓豬肉+番茄+時蔬-煮	義式雞排X1  雞排-燒	馬鈴薯瓣X4  馬鈴薯瓣-烤	清炒高麗  高麗菜+時蔬-炒	履歷蔬菜	蘑菇濃湯  蘑菇+時蔬-煮	水果	5.6	2.6	1.9	2.3	1.0	0.0	826
21	五		燕麥飯  白米+燕麥-蒸	泰式椒麻豬  祥圓豬肉+時蔬-煮	◎咖哩魚丸  魚丸+魚漿製品-煮	清爽炒筍  筍+時蔬-炒	履歷蔬菜	鮮瓜排骨湯  排骨+瓜+薑-煮		5.7	2.7	1.8	2.6	0.0	0.0	792
24	一		雜糧飯  白米+雜糧-蒸	三杯菇菇雞  雞肉+時蔬+九層塔-煮	海山醬關東煮  油豆腐+時蔬-煮	香甜玉米  玉米+芋頭+時蔬-煮	履歷蔬菜	羅宋湯  蕃茄+時蔬-煮		5.7	2.6	2.0	2.7	0.0	0.0	794
25	二		糙米飯  白米+糙米-蒸	味噌燒肉  祥圓豬肉+時蔬-燒	★轟炸魚丁X3  魚-炸	蒜炒花椰  花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	香菇雞湯  菇+雞肉+薑-煮		5.6	2.8	1.7	2.6	0.0	0.0	790
26	三		芝麻飯  芝麻+白米-蒸	豬肉筑前煮  祥圓豬肉+時蔬+茼蒿-燒	◎魷魚丸X2  魷魚丸-烤	鐵板芽菜  豆芽菜+時蔬-煮	履歷蔬菜	酸辣湯  豆腐+時蔬-煮		5.6	2.6	1.9	2.3	0.0	0.0	766
27	四		招牌油飯  糯米+開陽+祥圓豬肉+時蔬-蒸	古早味雞翅X1  三節雞翅-燒	南瓜炒蛋  蛋+南瓜-炒	鮮菇燴瓜  瓜+時蔬-煮	履歷蔬菜	玉米湯  玉米+時蔬-煮		5.7	2.7	1.8	2.6	0.0	0.0	792
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「未使用輻射污染食品」 ※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※																