

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全蛋 每碗 (50)	豆魚 湯肉 (60)	蔬菜 (60)	麵類 (60)	水果 (60)	點心 (60)	備 注
01	二	胚芽飯* 白米+胚芽米-蒸	◆沙鍋魚煲* 水鯊+冬粉+時蔬-煮	野菜燒肉 詳圖豬肉+時蔬-燒	紅仁有機高麗菜 高麗菜+時蔬-炒	青菜	薑絲鮮瓜湯 瓜+薑絲-煮		5.6	2.6	1.9	2.4	0.0	0.0	77%
02	三	芝麻飯* 芝麻+白米-蒸	BBQ炒雞 雞肉+時蔬-煮	◎福州丸X1* 福州丸+時蔬-煮	清爽洋芋 馬鈴薯+時蔬-煮	履歷蔬菜	金菇肉絲湯 金針菇+詳圖豬肉+時蔬-煮		5.8	2.7	1.7	2.9	0.0	0.0	81%
★清明兒童連假★															
07	一	糙米飯 白米+糙米-蒸	日式咖哩豬 詳圖豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	糖醋雞X3 雞肉-燒	鮮炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	履歷蔬菜	柴魚味噌湯* 味噌+豆腐+柴魚片-煮		5.7	3.3	1.8	2.3	0.0	0.0	82%
08	二	DIY香鬆米糕 白米+糯米+香鬆-蒸	吮指翅小腿X2 翅小腿-燒	主廚肉燥 詳圖豬肉+紅蔥片+蒜酥-滷	木耳銀芽 豆芽菜+時蔬-煮	有機蔬菜	蘿蔔湯 白蘿蔔+冬菜-煮	水果	5.4	2.8	1.9	2.4	1.0	0.0	83%
09	三	芝麻飯* 芝麻+白米-蒸	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	★酥炸魚丁X3* 魚-炸	脆炒四季 四季豆+時蔬-炒	履歷蔬菜	筍子湯 筍-煮		5.6	2.4	2.0	2.4	0.0	0.0	75%
10	四	小米飯 白米+小米-蒸	杏片油腐* 杏片+油豆腐+時蔬-燒	番茄炒蛋* 番茄+蛋+時蔬-煮	蔬炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	履歷蔬菜	四神湯 詳圖豬肉+薏仁+馬鈴薯+山藥-煮		5.3	2.6	1.9	2.8	0.0	0.0	76%
蔬食日															
11	五	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	蒜泥白肉 詳圖豬肉+時蔬-煮	蔥燒豆腐* 豆腐+詳圖豬肉+時蔬-煮	清炒鮮瓜 瓜+時蔬-煮	履歷蔬菜	香菇雞湯 菇+雞肉+薑-煮		5.8	2.5	2.0	2.9	0.0	0.0	80%
14	一	雜糧飯* 白米+雜糧-蒸	鮮蔬嫩雞 雞肉+時蔬-煮	洋蔥炒蛋* 蛋+洋蔥+毛豆-炒	◎關東煮* 魚漿製品+時蔬-煮	履歷蔬菜	招牌麵線羹* 麵線+時蔬+柴魚片-煮		5.6	2.6	1.9	2.3	0.0	0.0	76%
15	二	紫米飯 白米+紫米-蒸	柴魚燒雞* 柴魚片+雞肉+馬鈴薯+菇-燒	★虱目魚條X2* 虱目魚-炸	塔香海茸 海茸+九層塔+時蔬-煮	有機蔬菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		5.7	2.7	1.8	2.6	0.0	0.0	79%
16	三	芝麻飯* 芝麻+白米-蒸	冰糖燉豬肉 詳圖豬肉+詳圖豬腳+筍-燒	芝麻豆干* 芝麻+豆干-滷	開陽白菜* 大白菜+時蔬+蝦米-炒	履歷蔬菜	日式蔬菜湯* 味噌+時蔬-煮		5.7	2.6	2.0	2.7	0.0	0.0	79%
17	四	蒜香雞汁拌麵* 麵+雞肉+時蔬-煮	古早味豬排X1 豬排-燒	烤地瓜X1 地瓜-烤	葷菇花椰 花椰菜+菇-炒	履歷蔬菜	酸辣湯* 詳圖豬肉+豆腐+時蔬-煮	履歷豆漿*	5.6	3.3	1.7	2.6	0.0	0.0	82%
18	五	小米飯 白米+小米-蒸	年糕炒雞 年糕+雞肉+時蔬-燒	鐵板油腐* 油豆腐+時蔬-燒	清爽炒筍 筍+時蔬-炒	履歷蔬菜	羅宋湯 蕃茄+時蔬-煮		5.6	2.7	2.0	2.7	0.0	0.0	79%
21	一	五穀飯* 白米+五穀米-蒸	招牌咖哩豬 詳圖豬肉+南瓜+馬鈴薯+時蔬-煮	★◎麥克雞塊X2 雞塊-炸	芝香芽菜 豆芽+時蔬-煮	履歷蔬菜	金針排骨湯 排骨+金針+時蔬-煮		5.7	2.8	1.9	2.6	0.0	0.0	80%
22	二	燕麥飯* 白米+燕麥-蒸	蒜味雞 雞肉+玉米+時蔬-燒	什錦燴蛋* 蛋+時蔬-炒	脆炒白菜 白菜+時蔬-煮	有機蔬菜	蘑菇濃湯* 蘑菇+時蔬-煮		5.6	3.4	2.0	2.4	0.0	0.0	83%
23	三	芝麻飯* 芝麻+白米-蒸	黑糖地瓜雞 雞肉+地瓜+時蔬-煮	豆干小炒* 詳圖豬肉+豆干+時蔬-炒	翠綠四季 四季豆+時蔬-炒	履歷蔬菜	鮮瓜湯 瓜+薑-煮		5.4	2.7	1.9	2.8	0.0	0.0	78%
24	四	番茄肉醬義大利麵* 麵+詳圖豬肉+蕃茄+時蔬-煮	嫩汁雞排X1 雞排-燒	馬鈴薯攤X4 馬鈴薯攤-烤	炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	履歷蔬菜	白玉雞湯 雞肉+白蘿蔔+薑-煮	水果	5.6	2.5	2.0	2.7	1.0	0.0	83%
25	五	雜糧飯* 白米+雜糧-蒸	三杯雞 雞肉+菇+時蔬+九層塔-煮	◎餡餅X1 豬肉餡餅-烤	紅絲高麗 高麗菜+時蔬-炒	履歷蔬菜	玉米湯 玉米+時蔬-煮		5.6	2.6	1.9	2.3	0.0	0.0	76%
28	一	DIY香菇炊飯 白米+時蔬-煮	炙燒雞翅X1 三節雞翅-燒	岩燒豬肉 詳圖豬肉+時蔬-燒	柴魚蘿蔔* 蘿蔔+時蔬+柴魚-燒	履歷蔬菜	味噌豆腐湯* 味噌+豆腐-煮		5.6	2.4	2.0	2.4	0.0	0.0	75%
29	二	小米飯 白米+小米-蒸	☆泰式打拋豬 詳圖豬肉+九層塔+時蔬-煮	★香酥魚塊X2* 魚-炸	咖哩寬粉 寬粉+時蔬-煮	有機蔬菜	菇菇湯 菇+薑絲-煮		5.3	2.6	1.9	2.8	0.0	0.0	76%
30	三	芝麻飯* 芝麻+白米-蒸	白菜燒雞 雞肉+白菜+時蔬-炒	醬滷豆皮* 豆皮+時蔬-煮	飄香燴瓜 瓜+時蔬-煮	履歷蔬菜	番茄蔬菜湯 蕃茄+時蔬-煮		5.8	2.5	2.0	2.9	0.0	0.0	80%
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 ☆表示異國料理 / 本菜單「未使用輻射污染食品」 *表示本菜色含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用															