

日期	星期	主食	主菜1	主菜2	副菜1	副菜2	湯品	附品	全雞 雞腿 (份)	五 香 雞 腿 (份)	蔬 菜 (份)	油 麵 麵 (份)	含 鈣 量 (mg)	熱 量 (kcal)
16	五	香Q白飯	白菜燒豬 豬肉、大白菜、金針菇(燒)	▲玉米炒蛋 玉米、蛋、紅蘿蔔(炒)	海帶黃豆芽 海帶絲、黃豆芽(燒)	有機菜	大醬豆腐湯 蘿蔔、豆腐		6.5	2.6	2	2.5	370	813
17	六	小米飯	沙茶嫩雞煲 雞肉、馬鈴薯、蔬菜(燉)	油豆腐肉 油豆腐、豬肉(燒)	麻油燻筍 筍、木耳(燒)	有機菜	珍珠甜湯 粉圓		6.7	2.8	2	2.5	381	842
19	一	▲麥片飯	咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、蔬菜(燒)	★◎ 麥克雞塊*2 麥克雞塊(炸)	香炒花椰 青花菜、花椰菜、蔬菜(炒)	青菜	大海湯 豆腐、筍、蔬菜		6.8	2.8	2	3	373	871
20	二	▲芝麻飯	和風燒肉 豬肉、洋蔥(燒)	紅燒油豆腐 油豆腐、白蘿蔔(燒)	鮮菇白菜 有機黑鮮菇、大白菜、紅蘿蔔(炒)	青菜	▲海帶蛋花湯 海帶芽、蛋		6.5	2.7	2	2.5	403	820
21	三	有機白飯	照燒醬燴雞 雞肉、洋芋(燴)	番茄肉茸 豬肉、番茄、蔬菜(燒)	脆炒芥菜 豆芥菜、有機黑鮮菇、紅蘿蔔(炒)	有機菜	金瓜豆腐湯 豆腐、南瓜	保久 乳	6.6	2.7	2	2.7	377	836
22	四	蔥油雞絲飯 白米、雞肉絲	蒜香豬排*1 豬排(燒)	海結豆干 海帶結、豆干(滷)	▲毛豆 薯丁炒蛋 毛豆、洋芋、蛋(炒)	有機菜	珍菇什錦湯 黃豆芽、菇類		6.8	2.8	1.7	2.7	400	850
23	五	小米飯	★香酥翅腿*2 翅腿(炸)	麻油肉片 豬肉、蔬菜(炒)	▲蝦皮大瓜 大黃瓜、蔬菜、蝦皮(炒)	有機菜	紅豆紫米 小湯圓 小湯圓、紅豆、紫米		7	2.8	2	3	401	885
26	一	▲DIY 義大利麵 義大利麵	★脆皮 炸雞翅 *1 三節雞翅(炸)	拿坡里肉醬 三色豆、豬絞肉(煮)	金菇豆段 冷凍鮮豆、蔬菜、金針菇(炒)	青菜	蜜香山粉圓 山粉圓		6.7	2.7	2	3	407	857
27	二	香Q白飯	梅干燻肉 豬肉、筍、梅干菜(燒)	▲玉米蒸蛋 蛋、玉米粒(蒸)	三杯 鮮蔬冬粉 冬粉、紅蘿蔔、九層塔(炒)	青菜	結頭菜 排骨湯 結頭菜、排骨	TAP 豆漿	6.8	2.8	1.6	2.5	363	839
28	三	228休假一天												
29	四	▲芝麻飯	▲◆糖醋魚丁 水滷魚、南瓜(燒)	回鍋肉片 豬肉、豆干片、高麗菜(炒)	雙色花椰 青花菜、蔬菜(炒)	有機菜	味噌 海帶蘿蔔湯 蘿蔔、海帶芽		6.5	2.8	2	2.7	391	837
★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★														
★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★ ▲含有過敏源食材◎表示加工品 ◆表示3章認證水產品 ★表示炸物														
主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)						
豆類 及其製品	魚肉 及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理 食品	加工食品		油炸品	罐頭					
						魚肉類	其他							
0次	1次	5次	4次	10次	0次	0次	0次	3次	3次					