

日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜	蔬菜	湯品	附品	鈣含量 (mg)	全脂乳脂 (%)	脂肪 (g)	蛋白質 (g)	纖維 (g)	鈉 (mg)	糖 (g)	熱量 (kcal)
30	五	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	日式咖哩豬 祥園豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹹酥雞X3 雞肉-炸	蒜炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	▲味噌湯 味噌+海芽+柴魚片-煮		125	6.3	2.8	1.9	2.8			856
02	一	紫米飯 白米+紫米-蒸	泡菜燒雞 雞肉+泡菜+時蔬-燒	▲肉絲炒年糕 芝麻+祥園豬肉+年糕+時蔬-煮	芝香芽菜 豆芽菜+油片絲+時蔬-煮	青菜	薑絲紫菜湯 紫菜+薑-煮		72	6.6	2.9	2.0	2.9			953
03	二	糙米飯 白米+糙米-蒸	▲◆醬燒鮮魚 水鯊魚+時蔬-煮	黑糖滷肉 祥園豬肉+時蔬-滷	彩繪四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	鮮菇豆腐湯 豆腐+菇+薑絲-煮		401	6.5	3.0	2.0	2.7			884
04	三	有機飯 有機米-蒸	蜜香豬排X1 豬排-燒	▲什錦燴蛋 蛋+時蔬-炒	清爽脆瓜 瓜+時蔬-煮	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮	全脂保久乳	350	6.1	2.8	1.9	2.7	1.0		837
05	四	番茄肉醬義大利麵 麵+時蔬-煮	嫩汁雞排X1 雞排-燒	★椒鹽馬鈴薯薯X4 馬鈴薯薯-炸	清炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	▲南瓜濃湯 南瓜+地瓜+時蔬-煮		68	6.4	3.0	2.0	2.7			915
06	五	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	小米豬肉豆腐 小米+祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮	爆炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	榨菜筍絲湯 榨菜+筍+時蔬-煮		123	6.5	3.0	1.9	2.7			923
09	一	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	沙茶炒豬 祥園豬肉+時蔬-炒	▲◎海山醬黑輪X1 魚漿製品+時蔬-煮	翠炒白菜 大白菜+時蔬-炒	青菜	酸辣湯 祥園豬肉+豆腐+時蔬-煮		67	6.4	3.0	2.0	2.7	1.0		888
10	二	南瓜炊飯 白米+南瓜+時蔬-蒸	香滷大排X1 豬排-滷	韓式雞絲拌菜 泡菜+豆包+雞肉+時蔬-煮	滷汁海結 海結+時蔬-滷	青菜	鮮瓜排骨湯 排骨+瓜+薑-煮		88	6.4	3.0	1.9	3.0			867
11	三	有機飯 有機米-蒸	炙燒雞排X1 雞排-燒	▲滑嫩蒸蛋 蛋+時蔬-蒸	鮮蔬炒筍 筍+時蔬-燴	有機蔬菜	◎黑糖包心圓 包心圓+QQ圓+黑糖-煮		96	6.0	2.9	1.9	2.7			837
12	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	京醬肉絲 祥園豬肉+時蔬-燒	▲★轟炸魚丁X3 水鯊魚-炸	▲蒜味奶油玉米 玉米+時蔬-煮	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海芽+薑-煮	果汁	124	6.4	2.8	2.0	2.9			918
13	五	小米飯 白米+小米-蒸	海南雞 雞肉+時蔬-煮	▲沙嗲佐蛋 馬鈴薯+白煮蛋-煮	香燻條豆 四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		404	6.5	2.9	1.9	2.9			890
16	一	麥片飯 白米+麥片-蒸	中秋BBQ炒豬 祥園豬肉+時蔬-燒	大醬雞茸豆腐 雞肉+豆腐+時蔬-煮	◎培根洋芋 培根+馬鈴薯+時蔬-煮	青菜	番茄蔬菜湯 蕃茄+時蔬-煮		122	6.3	3.0	1.9	2.9			854
9/17 中秋佳節🌕放假一天																
18	三	有機飯 有機米-蒸	叉燒豬排x1 豬排-滷	鹹甘炒雞 雞肉+玉米+時蔬-煮	鮮炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	紅豆紫米粥 紅豆+黑糯米-煮	全脂保久乳	221	6.4	3.2	2.0	2.7			932
19	四	DIY 咖哩肉燥麵 麵-煮	吮指翅小腿X2 翅小腿-滷	咖哩肉燥 祥園豬肉+時蔬-煮	★◎可樂餅X1 可樂餅-炸	有機蔬菜	玉米湯 祥園豬肉+玉米-煮		63	6.3	3.0	2.0	2.8			910
20	五	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	香茅豬 祥園豬肉+時蔬-煮	▲紅絲小魚炒蛋 南瓜+蛋+吻仔魚+時蔬-炒	蒜炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	洋蔥蘑菇湯 洋蔥+蘑菇+時蔬-煮	履歷豆漿	425	6.4	2.8	1.9	2.9			868
23	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	蠔油香菇雞 雞肉+香菇+時蔬-燒	麻婆絞肉豆腐 豆腐+祥園豬肉+時蔬-煮	香炒海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	招牌麵線羹 麵線+時蔬+柴魚片-煮		402	6.4	2.9	2.0	2.9	1.0		866
24	二	招牌油飯 糯米+開陽+祥園豬肉+時蔬-蒸	香燒豬排X1 豬排-燒	▲鴿蛋滷味拼盤 鴿蛋+黑豆干+時蔬-滷	雙色肉茸 雞肉+時蔬-煮	青菜	菇菇湯 菇+薑絲-煮		286	6.4	2.8	1.9	3.0			885
25	三	有機飯 有機米-蒸	古早味雞翅X1 三節雞翅-烤	▲玉米炒蛋 蛋+玉米-炒	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	有機蔬菜	酸菜肉絲湯 祥園豬肉+酸菜+時蔬-煮		76	6.1	3.2	1.9	2.7			867
26	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	醬爆雞丁 雞肉+時蔬-煮	▲★◎虱目魚丸X2 虱目魚丸-炸	爆炒白菜 白菜+時蔬-煮	有機蔬菜	羅宋湯 蕃茄+時蔬-煮	果汁	137	6.3	2.8	1.9	2.8			856
27	五	小米飯 白米+小米-蒸	◎鹽水雞 雞肉+米血+時蔬-煮	▲鮮蔬小卷 小卷+時蔬-炒	黑椒芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	有機蔬菜	摩摩喳喳 西谷米+芋頭+地瓜-煮		88	6.6	2.9	2.0	2.9			893
30	一	麥片飯 白米+麥片-蒸	蒜泥白肉 祥園豬肉+時蔬-煮	三杯肉絲油腐 祥園豬肉+豆腐+時蔬-燒	鮮菇燴瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	日式蔬菜湯 味噌+祥園豬肉+時蔬+南瓜-煮		157	6.4	3.2	2.0	2.7			862
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 ▲表示過敏源 / 本菜單「未使用輻射污染食物」 ※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※																
主菜種類(次/月)				主菜食材特性(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		油炸食品	甜湯			
										魚肉類	其他					
		次	次	次	次	次	次	次	次	次	次	次	次	次	次	次
6	6	16		14		40		2		1		1		5		4