

日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜一	蔬菜	湯品	附品	全日 總量 (份)	豆類 總量 (份)	蛋類 (份)	油類 (份)	水果 (份)	乳品 (份)	糖類 (份)
01	三	有機飯 有機米-蒸	叉燒豬排x1 豬排-滷	蘿蔔燒雞 雞肉+蘿蔔+時蔬-燒	芝香芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮		6.5	2.9	1.9	2.9			943
02	四	DIY 奶香白醬麵 麵+時蔬-煮	★酥脆雞排X1 雞排-炸	奶香肉醬 祥圓豬肉+時蔬-煮	繽紛花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海芽+薑-煮		6.3	3.1	1.9	2.9			883
03	五	紫米飯 白米+紫米-蒸	普羅旺斯雞 雞肉+時蔬-炒	蒜香魚丁X3 魚+時蔬-燒	紅仁甘藍 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	玉米湯 玉米+時蔬-煮	水果	6.4	2.9	2.0	2.7	1.0		869
06	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	日式咖哩豬 祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★轟炸雞丁X3 雞肉-炸	和風白菜煮 大白菜+時蔬-煮	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚片-煮		6.3	3.0	2.0	2.8			934
07	二	麥片飯 白米+麥片-蒸	醬燒豬肉 祥圓豬肉+時蔬-炒	蜜汁魚條X2 魚-燒	家常炒筍 筍+時蔬-炒	青菜	蔬菜雞湯 雞肉+時蔬-煮	截切水果	6.4	2.8	1.9	2.9	1.0		868
08	三	有機飯 有機米-蒸	洋釀年糕雞 芝麻+年糕+雞肉+時蔬-燒	鐵路豬排X1 豬排-燒	番茄炒蛋 番茄+蛋+時蔬-煮	有機蔬菜	摩摩喳喳 西谷米+芋頭+地瓜-煮		6.4	2.9	2.0	2.9			938
09	四	DIY 狀元滷肉飯 白米-蒸	五香翅小腿X2 翅小腿-滷	香菇肉燥 祥圓豬肉+時蔬-滷	蒜味四季 四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	金菇豆腐湯 豆腐+菇+時蔬-煮		6.3	3.1	1.9	3.0			888
10	五	糙米飯 白米+糙米-蒸	台式炒豬 祥圓豬肉+時蔬-炒	雞茸寬粉 寬粉+雞肉+時蔬-煮	菇炒有機高麗 有機高麗菜+時蔬-炒	青菜	薑絲鮮瓜湯 瓜+薑絲-煮		6.3	2.9	1.9	2.8			864
13	一	小米飯 白米+小米-蒸	馬鈴薯燉雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★香酥魚塊X2 魚-炸	芝香海結 海結+時蔬-滷	青菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		6.6	3.0	1.9	2.8			954
14	二	蔥香雞汁拌麵 麵+雞肉+時蔬-煮	BBQ燒肉 祥圓豬肉+時蔬-燒	嫩汁雞排X1 雞排-燒	鐵板芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	番茄蔬菜湯 番茄+時蔬-煮	水果	6.6	2.9	2.0	2.9	1.0		893
15	三	有機飯 有機米-蒸	筍香雞 雞肉+筍+時蔬-燒	肉燥蒸蛋 祥圓豬肉+蛋+時蔬-蒸	鮮炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	花生麥片湯 花生+麥片-煮	履歷豆漿	6.3	2.9	2.0	2.7			922
16	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	高昇排骨 祥圓豬肉+芝麻+年糕-煮	◎鮮蔬福州丸X1 福州丸+時蔬-煮	翠炒條豆 四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	時蔬豆腐湯 豆腐+時蔬-煮		6.5	3.1	1.9	2.7			889
17	五	停餐													
20	一	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	◆蒜蓉鮮魚 水鯊魚+豆腐+時蔬-煮	招牌咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★◎可樂餅X1 可樂餅-炸	青菜	味噌豆腐湯 味噌+豆腐-煮		6.6	3.0	1.9	3.0			963
21	二	招牌油飯 糯米+開陽+祥圓豬肉+時蔬-蒸	香滷豬排X1 豬排-滷	◎日式黑輪捲X1 魚漿製品+時蔬-煮	什錦燴蛋 蛋+時蔬-炒	青菜	羅宋湯 番茄+時蔬-煮	截切水果	6.3	2.9	1.9	2.8	1.0		864
22	三	有機飯 有機米-蒸	蔥燒豬肉 祥圓豬肉+時蔬-燒	蒜味魚條X2 魚-燒	田園時蔬 南瓜+時蔬-煮	有機蔬菜	筍子排骨湯 祥圓豬肉+筍+時蔬-煮		6.4	2.8	2.0	2.9			931
23	四	五穀飯 白米+五穀米-蒸	古早味雞翅X1 三節雞翅-烤	蜜番薯燒豬 芝麻+祥圓豬肉+地瓜+時蔬-煮	和風芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	有機蔬菜	鮮瓜雞湯 雞肉+時蔬-煮	鮮奶	6.6	2.8	1.9	2.7	1.0		974
24	五	小米飯 白米+小米-蒸	醋溜雞丁 雞肉+時蔬-炒	豬肉燒豆皮 豆皮+祥圓豬肉+時蔬-煮	蒜炒有機高麗 有機高麗菜+時蔬-炒	青菜	紅豆紫米粥 紅豆+黑糯米-煮		6.4	3.0	2.0	2.7			877
27	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	泰式打拋豬 祥圓豬肉+九層塔+玉米+時蔬-煮	◎麥香雞堡X1 香雞堡-烤	塔香海茸 海茸+時蔬-煮	青菜	香菇雞湯 香菇+雞肉+薑絲-煮		6.5	2.8	1.9	2.7			927
28	二	麥片飯 白米+麥片-蒸	烤雞排X1 雞排-烤	蜜汁燒肉 祥圓豬肉+時蔬-燒	毛豆炒蛋 蛋+毛豆+時蔬-炒	青菜	海芽湯 海芽+薑-煮	水果	6.3	2.9	1.9	2.8	1.0		864
29	三	有機飯 有機米-蒸	三杯菇雞 雞肉+菇+九層塔-煮	鮮蔬魷魚 魷魚+時蔬-炒	清爽鮮瓜 瓜+時蔬-炒	有機蔬菜	◎燒仙草 仙草+地瓜圓+芋圓+蜜豆-煮		6.3	2.8	2.0	2.9			923
30	四	特製義大利麵 麵+時蔬-煮	香燒豬排X1 豬排-滷	番茄肉醬 祥圓豬肉+時蔬-煮	★地瓜薯條X5 地瓜薯條-炸	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯+時蔬-煮		6.5	3.0	1.9	2.7			927
31	五	五穀飯 白米+五穀米-蒸	墨西哥雞肉 雞肉+時蔬-炒	紹子油腐豬 祥圓豬肉+油豆腐+時蔬-煮	白醬菇燒 杏鮑菇+時蔬-燒	有機蔬菜	鮮蔬湯 時蔬-煮	水果	6.3	2.9	1.9	2.8	1.0		864

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 及海 鮮 製 品	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品	甜湯	
					魚肉類	其他			
次	次	次	次	次	次	次	次	次	
2	7	20	16	41	3	0	1	5	5