



日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	副品	水果	乳品	豆類	蛋類	蔬菜	肉類	油脂	其他	備註
1	三	白飯	洋蔥豬柳 <small>豬肉(主)、洋蔥/炒</small>	香滷雞翅 <small>雞肉(主)/滷</small>	蛋酥白菜 <small>大白菜(主)、液蛋/燒</small>	有機青菜	蕃茄蛋花湯 <small>蕃茄、液蛋、板豆腐</small>		6	3	1.9	2.9	0	0	823
2	四	清明連假													
3	五	清明連假													
6	一	地瓜飯	腰果炒雞球 <small>雞肉(主)、時蔬、腰果/炒</small>	銀芽炒肉絲 <small>綠豆芽(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	麻婆豆腐 <small>板豆腐(主)、豬肉/燒</small>	綠色青菜	柴魚鮮蔬湯 <small>白蘿蔔、柴魚、時蔬</small>		6	2.9	2	2.6	0	0	805
7	二	糙米飯	梅干扣肉 <small>豬肉(主)、梅干菜/燒</small>	柴魚蒸蛋 <small>嫩滑液蛋(主)、柴魚/蒸</small>	雞絲高麗 <small>甘藍(主)、雞肉、時蔬/炒</small>	綠色青菜	綠豆薏仁湯 <small>綠豆、薏仁</small>		6.2	3	2	2.8	0	0	835
8	三	肉絲炒麵	三杯雞 <small>雞肉(主)、時蔬/燒</small>	泡菜炒豬肉 <small>大白菜(主)、豬肉/炒</small>	養生烤地瓜 <small>地瓜(主)/烤</small>	有機青菜	酸辣湯 <small>板豆腐、液蛋、竹筍、木耳、豬肉</small>	水果	6	3	1.9	2.9	1	0	883
9	四	白飯	壽喜燒豬 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	黃瓜鮮燴 <small>大黃瓜(主)、時蔬/炒</small>	菲力雞排 <small>雞肉(主)/燒</small>	綠色青菜	筍片湯 <small>竹筍、豬肉</small>		6	2.8	2	2.9	0	0	811
10	五	雜糧飯	親子雞肉丼 <small>雞肉(主)、液蛋、時蔬/燒</small>	★無骨排骨酥x2 <small>豬肉(主)/炸</small>	什錦寬粉 <small>甘藍(主)、寬粉、時蔬/炒</small>	綠色青菜	味噌小魚湯 <small>板豆腐、小魚干、海帶芽</small>	水果	6	2.8	2	2.9	1	0	871
13	一	芝麻飯	糖醋燒豬 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	田園玉米 <small>玉米粒(主)、時蔬/炒</small>	客家小炒 <small>豆干(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	綠色青菜	米粉湯 <small>米粉、時蔬、豬肉</small>		6	3	2	2.7	0	0	817
14	二	白飯	咖哩雞 <small>雞肉(主)、時蔬/燒</small>	佛跳牆 <small>大白菜(主)、竹筍、栗子、芋頭/燒</small>	三杯薯花枝 <small>豆薯、地瓜、花枝、九層塔/炒</small>	綠色青菜	薑絲海芽湯 <small>海帶芽、薑</small>		6	2.9	2	2.6	0	0	805
15	三	薏仁飯	京醬肉絲 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	脆炒鮮筍 <small>竹筍(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	海山醬關東煮 <small>白蘿蔔(主)、胡蘿蔔、玉米/滷</small>	有機青菜	山粉圓甜湯 <small>山粉圓</small>	乳品	6.2	3	2	2.8	0	1	895
16	四	白飯	蜜汁雞腿 <small>雞肉(主)/燒</small>	香蔥炒蛋 <small>液蛋(主)、時蔬/炒</small>	鮮菇炒花椰 <small>花椰菜(主)、鮮菇、時蔬/炒</small>	綠色青菜	玉米濃湯 <small>玉米、洋芋、時蔬、液蛋</small>		6	2.8	2	2.9	0	0	811
17	五	蕃茄肉醬義大利麵	滷豬排 <small>豬肉(主)/滷</small>	焗烤洋芋 <small>洋芋(主)、時蔬、豬肉、起司/烤</small>	★酥炸甜條x3 <small>●甜條/炸</small>	綠色青菜	大瓜湯 <small>大黃瓜</small>	水果	6	2.8	2	2.9	1	0	871
20	一	香鬆飯	蒜香雞 <small>雞肉(主)、蒜/炒</small>	高麗炒鹹豬肉 <small>甘藍(主)、鹹豬肉、時蔬/炒</small>	叉燒肉 <small>豬肉/烤</small>	綠色青菜	芹香蘿蔔湯 <small>白蘿蔔、芹菜</small>		6	2.9	2	2.8	0	0	814
21	二	胚芽飯	五香肉燥 <small>豬肉(主)/燒</small>	★脆皮炸雞腿 <small>雞肉(主)/炸</small>	螞蟻上樹 <small>甘藍(主)、冬粉、時蔬/炒</small>	綠色青菜	味噌湯 <small>板豆腐、海帶芽、味噌</small>	水果	6	2.9	1.8	3	1	0	878
22	三	白飯	塔香燒雞 <small>雞肉(主)、時蔬、九層塔/燒</small>	香鬆蒸蛋 <small>嫩滑液蛋(主)、香鬆/蒸</small>	白菜獅子頭 <small>大白菜(主)、●獅子頭/燒</small>	有機青菜	椰香西米露 <small>西谷米</small>		6	3	2	3	0	0	830
23	四	白飯	芋香滑雞煲 <small>雞肉(主)、芋頭、時蔬/燒</small>	咖哩洋芋 <small>洋芋(主)、時蔬、豬肉/燒</small>	柳葉魚x2 <small>柳葉魚/烤</small>	綠色青菜	大滷湯 <small>木耳、板豆腐、胡蘿蔔、液蛋、竹筍</small>	水果	6	2.9	2.2	2.8	1	0	879
24	五	香菇油飯	沙茶豬肉 <small>豬肉(主)、沙茶醬/炒</small>	彩蔬四季 <small>豆薯(主)、時蔬/炒</small>	芹香海絲 <small>海帶絲、白干絲、芹菜/炒</small>	綠色青菜	山藥排骨湯 <small>山藥、排骨、洋芋</small>		6	2.9	2.2	2.8	0	0	819
27	一	地瓜飯	咖哩豬 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	★鹽酥雞 <small>雞肉(主)/炸</small>	木須瓠瓜 <small>瓠瓜(主)、木耳、時蔬/炒</small>	綠色青菜	羅宋湯 <small>蕃茄、時蔬、豬肉</small>		6	2.9	2	2.7	0	0	809
28	二	糙米飯	味噌燒雞 <small>雞肉(主)、時蔬、味噌/燒</small>	肉燥滷蛋 <small>水煮蛋(主)、豬肉/滷</small>	玉米雞茸 <small>玉米(主)、雞肉、時蔬/炒</small>	綠色青菜	紫菜蛋花湯 <small>海帶芽、液蛋</small>	水果	6	2.7	2.2	3	1	0	873
29	三	什錦炒米粉	蘿蔔燒豬 <small>豬肉(主)、蘿蔔/燒</small>	白菜滷 <small>大白菜(主)、時蔬/燒</small>	地瓜薯條 <small>地瓜薯條/烤</small>	有機青菜	香菇雞湯 <small>白蘿蔔、香菇、雞肉</small>	乳品	6	2.8	2	2.9	0	1	871
30	四	白飯	蒜香雞翅 <small>雞肉(主)、蒜/燒</small>	金菇絲瓜 <small>絲瓜(主)、金絲菇/燒</small>	蔥燒豆腐 <small>豆腐(主)、蔥/燒</small>	綠色青菜	仙草茶 <small>仙草汁、全糖糖漿</small>		6	2.9	1.8	2.9	0	0	813

※所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。●表示為加工調理品。★表示為油炸品。

豆類及其蛋	雞肉	豬肉	主菜生鮮食材	調理食品	有機青菜	副菜加工食品 加工品	油炸品	甜湯
0次	10次	10次	20次	0次	5次	2次	4次	4次