

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	副品	全蛋	白蛋	雞蛋	肉類	魚類	其他	
1	一	補假未供餐											
2	二	白飯	蒜香雞 雞肉(主)、蒜、時蔬/炒	脆炒鮮筍 竹筍(主)、時蔬、豬肉/炒	肉燥滷蛋 水滷蛋(主)、豆干、豬肉/滷	綠色 青菜 海芽薑絲 海帶芽、薑絲		6.2	3	2	2.8	0	835
3	三	有機白飯	蘿蔔燒豬 豬肉(主)、蘿蔔/燒	鴻喜菇高麗 甘藍(主)、豬肉、鴻喜菇/炒	玉米肉末 玉米(主)、豬肉、時蔬/炒	有機 青菜 地瓜甜 地瓜	乳品	6	3	1.9	2.9	1	883
4	四	西西里蕃茄肉醬義大利麵	迷迭香烤雞腿x1 雞肉(主)/燒	洋菇花椰 花椰菜(主)、洋菇、時蔬/炒	地瓜薯條x3 地瓜(主)/烤	綠色 青菜 南瓜濃湯 南瓜、洋芋、時蔬		6	2.8	2	2.9	0	811
5	五	糙米飯	壽喜燒豬肉 豬肉(主)、時蔬/燒	★鹽酥雞x3 雞肉(主)/炸	鮮菇燒黃瓜 大黃瓜(主)、時蔬、鮮菇/燒	綠色 青菜 酸辣湯 紅豆腐、木耳、筍、胡蘿蔔、液蛋	水果	6	2.8	2	2.9	1	871
8	一	地瓜飯	腰果炒雞 雞肉(主)、腰果、時蔬/炒	輕食關東煮 白蘿蔔(主)、時蔬/滷	蒜蓉黑豆干 豆干/滷	綠色 青菜 綠豆湯 綠豆		6	3	2	2.7	0	817
9	二	香菇油飯	香滷豬排x1 豬肉(主)/滷	白菜炒豬肉 大白菜(主)、豬肉、時蔬/炒	韭香銀芽 綠豆芽(主)、韭菜/炒	綠色 青菜 蘿蔔排骨 時蔬、白蘿蔔、豬肉		6	2.9	2	2.6	0	805
10	三	有機白飯	京醬肉絲 豬肉(主)、時蔬/炒	香滷翅腿x1 雞肉(主)/烤	咖哩洋芋 洋芋(主)、胡蘿蔔、豬肉/燒	有機 青菜 味噌湯 板豆腐、海帶芽、味噌	水果	6.2	3	2	2.8	1	895
11	四	白飯	泰式打拋豬 豬肉(主)、時蔬、豆豉/燒	★虱目魚排x1 虱目魚(主)/炸	什錦炒寬粉 甘藍(主)、寬粉、時蔬/炒	綠色 青菜 大滷湯 紅豆腐、木耳、筍、胡蘿蔔、液蛋		6	2.8	2	2.9	0	811
12	五	薏仁飯	麻油雞 雞肉(主)、時蔬、麻油/燒	柴魚蒸蛋 軟醬液蛋(主)、柴魚片/蒸	木須瓠瓜 瓠瓜(主)、木耳、時蔬/炒	綠色 青菜 玉米蛋花 玉米、液蛋	水果	6	2.8	2	2.9	1	871
15	一	芝麻飯	豉汁燉肉 豬肉(主)、豆豉/燉	肉末玉米 玉米(主)、豬肉、時蔬/炒	蔥燒豆腐 板豆腐(主)、蔥/燒	綠色 青菜 羅宋湯 時蔬、蕃茄、豬肉		6	2.9	2	2.8	0	814
16	二	招牌炸醬麵	滷雞翅x1 雞肉(主)/燒	★椒鹽花枝丸x2 花枝丸/炸	鮮筍三絲 竹筍(主)、木耳、胡蘿蔔、豬肉/炒	綠色 青菜 紫菜薑絲 紫菜、薑		6	2.9	1.8	3	0	818
17	三	有機白飯	沙嗲豬肉 豬肉(主)、時蔬/炒	蕃茄炒蛋 雞蛋(主)、蕃茄/炒	雞絲高麗 甘藍(主)、鮮菇、時蔬/炒	有機 青菜 燒仙草 仙草汁、全蛋雜糧類	乳品	6	3	2	3	1	890
18	四	白飯	嫩雞親子丼 雞肉(主)、時蔬、液蛋/燒	義式洋芋 洋芋(主)、時蔬、豬肉/燒	豆干炒肉絲 豆干(主)、芹菜、時蔬/炒	綠色 青菜 古早味米粉湯 米粉、時蔬		6	2.9	2.2	2.8	0	819
19	五	胚芽飯	梅干扣肉 豬肉(主)、梅干菜/滷	BBQ滷翅x1 雞肉(主)、豆干/滷	御品佛跳牆 大白菜(主)、時蔬、栗子、芋頭/燒	綠色 青菜 沙茶肉絲湯 筍、木耳、胡蘿蔔、時蔬、豬肉	水果	6	2.9	2.2	2.8	1	879
22	一	五穀飯	咖哩豬 豬肉(主)、時蔬/燒	螞蟻上樹 甘藍(主)、冬粉、時蔬/炒	綜合滷味 白蘿蔔(主)、時蔬/滷	綠色 青菜 海芽味噌 板豆腐、海帶芽、味噌		6	2.9	2	2.7	0	809
23	二	白飯	塔香燒雞 雞肉(主)、九層塔/燒	彩蔬四季 時蔬(主)、豬肉、長豆/炒	家常油腐 油腐、胡蘿蔔、木耳/炒	綠色 青菜 大瓜湯 大黃瓜、豬肉		6	2.7	2.2	3	0	813
24	三	有機白飯	羅勒烤雞x1 雞肉(主)/燒	金菇絲瓜 絲瓜(主)、金絲菇、時蔬/燒	柴魚蒸蛋 軟醬液蛋、柴魚片/蒸	有機 青菜 玉米排骨湯 玉米、豬肉、白蘿蔔	水果	6	2.8	2	2.9	1	871
25	四	茄汁炒飯	香滷豬排x1 豬肉(主)/滷	彩燴花椰 花椰菜(主)、鮮菇、時蔬/炒	咖哩魚丁x3 虱目魚(主)/烤	綠色 青菜 芋頭西米 芋頭、西谷米		6	2.9	1.8	2.9	0	813
26	五	糙米飯	洋蔥豬柳 豬肉(主)、洋蔥/炒	蜜汁雞排x1 雞肉(主)/滷	白菜滷 大白菜(主)、時蔬、豬肉/滷	綠色 青菜 海芽蛋花 海帶芽、薑、液蛋	水果	6	2.9	1.9	3	1	880
29	一	地瓜飯	味噌燒雞 雞肉(主)、時蔬/燒	鮮菇高麗 甘藍(主)、鮮菇、時蔬/炒	麻婆豆腐 板豆腐(主)、青豆仁/燒	綠色 青菜 芹香蘿蔔湯 白蘿蔔、芹菜、豬肉		6	2.9	2	2.7	0	809
30	二	白飯	西式燉肉 豬肉(主)、時蔬/炒	銀芽雞絲 綠豆芽(主)、雞肉、時蔬/炒	韭香甜條x3 甜條(主)、韭菜/炒	綠色 青菜 筍片湯 竹筍、豬肉		6	2.7	2.2	3	0	813
31	三	有機白飯	香料燉雞 雞肉(主)、香料/燉	烤地瓜x1 地瓜/烤	肉燥干丁 豬肉(主)、豆干/燒	有機 青菜 蘑菇濃湯 洋菇、玉米、洋芋、液蛋	水果	6	2.8	2	2.9	1	871

※所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。★表示油炸品。

豆類及其製品	雞肉	豬肉	新鮮食材	調理食品	調味品	油炸品	甜湯
0次	10次	12次	22次	0次	2次	2次	3次