

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯品	副品	全數	豆類	蛋類	肉類	水果	熱量		
3	一	清明連假												
4	二	清明連假												
5	三	清明連假												
6	四	香菇油飯	燒烤豬排×1 <small>豬肉(主)/烤</small>	白菜炒年糕 <small>大白菜(主)、年糕、豬肉、時蔬/炒</small>	△海苔花枝丸×1 <small>花枝丸(主)、海苔/烤</small>	有機青菜	柴魚鮮蔬湯 <small>柴魚、時蔬</small>	6.5	2.8	2.2	2.8	0	846	
7	五	地瓜飯	梅干扣肉 <small>豬肉(主)、梅干菜、時蔬/燒</small>	玉米肉茸 <small>玉米(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	蔥燒豆腐 <small>板豆腐(主)、豬肉、青蔥、時蔬/燒</small>	有機青菜	肉絲細粉湯 <small>冬粉、豬肉、時蔬</small>	水果	6.7	2.8	2	3	1	924
10	一	胚芽飯	咖哩雞 <small>雞肉(主)、時蔬/燒</small>	無骨排骨酥×2 <small>無骨排骨酥/烤</small>	△鮮肉鍋貼×1 <small>鍋貼(主)/烤</small>	綠色青菜	仙草茶 <small>仙草汁、金銀糖</small>	6.5	2.9	2	2.8	0	849	
11	二	白飯	親子雞肉井 <small>雞肉(主)、雞蛋、時蔬/燒</small>	鮮筍什錦 <small>竹筍(主)、時蔬/炒</small>	海山醬關東煮 <small>白蘿蔔(主)、時蔬/滷</small>	綠色青菜	酸辣湯 <small>板豆腐、雞蛋、竹筍、木耳、豬肉</small>	水果	6.5	2.8	2.2	2.8	1	906
12	三	有機白飯	醬爆豬柳 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	香滷翅腿 <small>雞翅(主)/滷</small>	客家小炒 <small>豆干(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	有機青菜	榨菜肉絲湯 <small>榨菜、豬肉</small>	鮮乳	6.5	3	2	2.8	1	936
13	四	義大利麵	西西里肉醬 <small>豬肉(主)、洋蔥、時蔬/炒</small>	★無骨雞排 <small>雞排(主)/炸</small>	地瓜薯條×3 <small>地瓜薯條(主)/烤</small>	有機青菜	玉米濃湯 <small>玉米、洋芋、時蔬、雞蛋</small>	6.5	3	2	2.8	0	856	
14	五	薏仁飯	五香燒肉 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	△鮮肉燒賣×1 <small>燒賣(主)/蒸</small>	蕃茄豆腐 <small>板豆腐(主)、蕃茄、時蔬/炒</small>	有機青菜	雙色蘿蔔湯 <small>白蘿蔔、胡蘿蔔、豬肉</small>	水果	6.7	2.8	1.8	3	1	919
17	一	五穀飯	京醬肉絲 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	大溪黑豆干 <small>黑豆干(主)/燒</small>	什錦寬粉 <small>甘藍(主)、寬粉、時蔬/炒</small>	綠色青菜	大瓜湯 <small>大黃瓜、豬肉</small>	6.5	2.8	2.2	2.8	0	846	
18	二	白飯	蠔油香菇雞 <small>雞肉(主)、時蔬、蠔油/燒</small>	柴魚蒸蛋 <small>雞蛋(主)、柴魚/蒸</small>	義式洋芋 <small>馬鈴薯(主)、時蔬、豬肉/燒</small>	綠色青菜	古早味米粉湯 <small>米粉、豬肉、時蔬</small>	6.7	3	2	2.8	0	870	
19	三	有機白飯	壽喜燒豬肉 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	酥烤魷魚排 <small>魷魚排(主)/烤</small>	●韭香甜條×3 <small>甜條(主)、韭菜/炒</small>	有機青菜	味噌海芽豆腐湯 <small>紫菜、豆腐、味噌</small>	水果	6.7	2.8	2.2	2.8	1	920
20	四	白油麵	蒜香雞 <small>雞肉(主)、蒜、時蔬/炒</small>	△府城蝦捲×1 <small>蝦捲(主)/烤</small>	特製炸醬 <small>豬肉(主)、豆子、時蔬/炒</small>	有機青菜	山粉圓甜湯 <small>山粉圓</small>	6.5	2.9	2	2.8	0	849	
21	五	芝麻飯	咖哩豬 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	御品佛跳牆 <small>大白菜(主)、竹筍、時蔬、芋頭/燒</small>	香雞堡 <small>香雞堡(主)/烤</small>	有機青菜	筍片湯 <small>筍子、時蔬</small>	水果	6.5	3	2	2.8	1	916
24	一	糙米飯	※虱目魚條 <small>虱目魚(主)(網體水產品)/烤</small>	肉絲銀芽 <small>綠豆芽(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	三杯雞 <small>雞肉(主)、時蔬/燒</small>	綠色青菜	玉米蘿蔔湯 <small>玉米、白蘿蔔、豬肉</small>	水果	6.5	2.8	2.2	2.8	1	906
25	二	白飯	沙茶豬肉 <small>豬肉(主)、沙茶醬、時蔬/炒</small>	脆炒高麗 <small>甘藍(主)、時蔬/炒</small>	筍燴油腐 <small>油豆腐(主)、竹筍、時蔬/滑</small>	綠色青菜	紅豆湯 <small>紅豆</small>	6.7	2.8	2	2.8	0	855	
26	三	有機白飯	瓜仔肉燥 <small>豬肉(主)、鵝瓜</small>	芹香海絲 <small>海帶絲(主)、白干絲、豬肉、芹菜/炒</small>	菲力雞排 <small>雞排(主)/烤</small>	有機青菜	大滷湯 <small>木耳、板豆腐、胡蘿蔔、雞蛋、竹筍</small>	鮮乳	6.5	3	1.8	2.8	1	931
27	四	地瓜飯	滷豬排×1 <small>豬肉(主)/滷</small>	香Q滷蛋×1 <small>雞蛋(主)、時蔬/滷</small>	咖哩洋芋 <small>洋芋(主)、時蔬、豬肉/燒</small>	有機青菜	羅宋湯 <small>蕃茄、時蔬、豬肉</small>	TAP 豆漿	6.7	2.8	2	2.8	1	925
28	五	香鬆飯	五香雞翅×1 <small>雞翅(主)/滷</small>	紅燒肉 <small>豬肉(主)、油豆腐/燒</small>	鮮燴大瓜 <small>大黃瓜(主)、豬肉、時蔬/滑</small>	有機青菜	海芽蛋花湯 <small>海帶芽、雞蛋</small>	水果	6.5	3	2	3	1	925

※所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。★表示油炸品。

※本菜單含有海鮮、蝦、花生、奶製品、蛋及蛋製品，不適合其過敏體質者食用。

※本菜單時蔬部分為：彩椒、玉米、胡蘿蔔、白蘿蔔、洋芋、甘藍、木耳、荷蘭豆、芹菜、西洋芹、洋蔥、蔥、蒜、薑、筍、花椰菜、小黃瓜。

主菜種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其它分析(次/月)	
水產品	雞肉	豬肉	生鮮食材	調理食品	●全穀類加工品	△肉類加工品	★油炸品	甜湯
1次	5次	11次	17次	0次	1次	5次	2次	3次

