

日期	星期	主食	主菜一	副菜一	副菜二	湯	乳品	水果	點心	甜點
1	五	香Q白飯 白米(蒸)	客家滷肉 豬肉(筍)(滷)	時蔬彩繪雞片 雞肉(CAS), 芹菜, 彩椒(炒)	什錦鮮瓜 鮮瓜, 木耳, 胡蘿蔔(炒)	青菜 薏仁洋芋排骨湯 洋芋, 薏仁, 排骨(煮)				
6	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	奶香嫩雞 雞肉(CAS), 南瓜, 玉米(炒)	和風肉片 豬肉(CAS), 洋蔥, 嫩豆段(燉)	海帶豆干絲 海帶, 豆干絲, 胡蘿蔔(煮)	有機蔬菜 田園番茄湯 番茄, 蔬菜(煮)				
7	四	香Q白飯 白米(蒸)	咖哩燉肉 豬肉(CAS), 馬鈴薯, 紅蘿蔔(燉)	BBQ翅腿*2 雞肉(烤)	木耳高麗菜 高麗菜, 木耳(炒)	有機蔬菜 紫菜蛋花湯 紫菜, 雞蛋(煮)				
8	五	茄汁拌飯 白米, 三色蔬菜, 洋蔥(炒)	★鹽酥炸雞*3 雞肉(炸)	竹筍炒肉絲 豬肉(CAS), 竹筍, 木耳(炒)	胡蘿蔔扁蒲 扁蒲片, 胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜 冬瓜茶山粉圓 山粉圓, 冬瓜(燉)				
11	一	紅藜飯 白米, 紅藜(蒸)	柴魚洋蔥雞 雞肉(CAS), 洋蔥, 青豆(炒)	★▲炸海鮮卷*1 海鮮卷(炸)	雙菇南瓜 南瓜, 香菇, 金針菇(煮)	青菜 青菜豆腐湯 青菜, 豆腐(煮)				
12	二	香Q白飯 白米(蒸)	滷雞排*1 雞排(滷)	打拋豬肉 豬肉, 番茄, 九層塔(炒)	★▲玉米餅*1 玉米餅(炸)	青菜 QQ燒仙草 仙草, 綜合豆, QQ圓(煮)				
13	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	魚香豬柳 豬肉(CAS), 小黃瓜, 木耳(炒)	日式蒸蛋 雞蛋(蒸)	清炒花椰 高麗菜, 胡蘿蔔(炒)/花椰菜, 胡	有機蔬菜 芹香蘿蔔湯 白蘿蔔, 芹菜(煮)	乳品			
14	四	什錦炒麵 麵條, 蔬菜(炒)	里肌肉排*1 豬肉(CAS)(滷)	田園雞茸炒蛋 雞肉, 雞蛋, 玉米, 毛豆(炒)	番茄豆腐 豆腐, 番茄(炒)	有機蔬菜 黃瓜大骨湯 大黃瓜, 大骨(煮)				
15	五	燕麥飯 白米, 燕麥(蒸)	★椒鹽雞里肌 雞肉(炸)	古早味肉絲 豬肉(CAS), 大白菜, 芋頭(燉)	家常冬粉 冬粉, 豆芽, 木耳, 胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜 冬瓜排骨湯 冬瓜, 豬肉(煮)				
18	一	糙米飯 白米, 糙米(蒸)	沙嗲雞肉 雞肉(CAS), 洋蔥, 彩椒(炒)	★虱目魚條*2 魚肉(炸)	豆皮高麗菜 高麗菜, 豆皮, 胡蘿蔔(炒)	青菜 馬鈴薯肉片湯 豬肉(CAS), 馬鈴薯(煮)				
19	二	小米飯 白米, 小米(蒸)	蘿蔔燒肉 豬肉, 紅蘿蔔, 白蘿蔔(燉)	蔥爆嫩雞 雞肉(CAS), 洋蔥, 時蔬(炒)	時蔬玉米 玉米粒, 胡蘿蔔, 馬鈴薯(煮)	青菜 味噌豆腐湯 豆腐, 洋蔥, 高麗菜(煮)				
20	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	滷雞腿*1 雞肉(CAS)(燉)	肉燥鵝蛋 豬肉(CAS), 鵝蛋(滷)	菇香白菜 大白菜, 香菇, 胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜 筍片肉絲湯 豬肉(筍片)(煮)	水果			
21	四	招牌油飯 糯米(蒸)	★厚切炸豬排*1 豬肉(CAS)(炸)	時蔬雞絲 雞肉, 時蔬(炒)	海帶滷豆干 海帶, 豆干(滷)	有機蔬菜 綠豆西米露 綠豆, 西米(煮)				
22	五	香Q白飯 白米(蒸)	韓式豬肉片 豬肉(CAS), 大白菜(炒)	和風蒸蛋 雞蛋(蒸)	脆炒黃芽 黃豆芽, 胡蘿蔔, 木耳(炒)	有機蔬菜 薑絲海芽湯 海芽, 薑絲(煮)	水果			
25	一	番茄肉醬 義大利麵 麵條, 絞肉(CAS), 蔬菜(炒)	炙燒腿排*1 雞肉(燉)	▲奶皇包*1 奶皇包(蒸)	彩椒花椰菜 花椰菜, 彩椒(炒)	青菜 玉米濃湯 玉米, 雞蛋, 馬鈴薯(煮)				
26	二	香Q白飯 白米(蒸)	咖哩雞 雞肉(CAS), 馬鈴薯, 紅蘿蔔(燉)	▲白菜獅子頭 獅子頭, 白菜, 木耳(炒)	毛豆干丁 毛豆, 干丁(炒)	青菜 紅豆紫米 紅豆, 紫米(煮)				
27	三	有機白米飯 有機白米(蒸)	塔香三杯雞 雞肉(CAS), 米血糕, 時蔬(炒)	肉末炒蛋 雞蛋, 豬肉, 胡蘿蔔(炒)	時蔬寬粉 寬粉, 豆芽, 木耳, 胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜 大滷湯 豆腐, 蔬菜(煮)	乳品			
28	四	蕎麥飯 白米, 蕎麥(蒸)	★炸雞塊*3 雞肉(炸)	馬鈴薯燉肉 豬肉, 馬鈴薯, 胡蘿蔔(燉)	乾煸豆段 豆段, 胡蘿蔔(炒)	有機蔬菜 鄉村蔬菜湯 番茄, 高麗菜(煮)				
29	五	小米飯 白米, 小米(蒸)	鐵板豬柳 豬肉(CAS), 洋蔥(炒)	壽喜燒魚*2 魚肉(過油-燉)	鮮瓜木耳 鮮瓜, 木耳(炒)	有機蔬菜 冬瓜肉骨茶湯 豬肉(CAS), 冬瓜(煮)	水果			

※備註: 本菜單含有蛋、奶、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮及其相關製品, 不適合對其過敏體質者食用。

豬肉及加工食品皆採用CAS認證食材, 雞肉使用CAS或TAP食材, 若想了解更詳細的資料歡迎至食材登錄平台查看。

類別	主菜類(次/月)	副菜類(次/月)	點心類(次/月)	甜點類(次/月)
魚肉及海鮮	8次	11次	19次	4次
加工食品	1次	1次	1次	1次