



日期	星期	主食	主菜一	副菜一	副菜二	青菜	湯	奶品	水果	點心	飲料
1	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	奶香嫩雞 <small>雞肉(CAS),南瓜,玉米(炒)</small>	回鍋燒肉片 <small>豬肉(CAS),豆干,時蔬(燒)</small>	清甜炒白菜 <small>大白菜,胡蘿蔔,木耳(炒)</small>	有機青菜	番茄蔬菜湯 <small>番茄,蔬菜(煮)</small>				
2	四	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	咖哩燉肉 <small>豬肉(CAS),馬鈴薯,紅蘿蔔(燉)</small>	★麥克雞塊*3 <small>雞塊(炸)</small>	木耳高麗菜 <small>高麗菜,木耳(炒)</small>	有機青菜	紫菜湯 <small>紫菜(煮)</small>	水果			
端 ~ 午 ~ 連 ~ 假											
6	一	小米飯 <small>白米,小米(蒸)</small>	糖醋肉片 <small>豬肉(CAS),時蔬(炒)</small>	馬鈴薯燉雞 <small>雞肉(CAS),馬鈴薯(燉)</small>	時蔬炒豆芽 <small>豆芽菜,時蔬(炒)</small>	青菜	小魚干 青菜豆腐湯 <small>青菜,豆腐,小魚干(煮)</small>				
7	二	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	蘿蔔滷肉 <small>豬肉(CAS),蘿蔔(滷)</small>	★鹽酥炸雞*3 <small>雞肉(CAS)(炸)</small>	蒜香高麗菜 <small>高麗菜,蔬菜(炒)</small>	青菜	綠豆西米露 <small>綠豆,西米(煮)</small>				
8	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	照燒雞丁 <small>雞肉(CAS),時蔬(燒)</small>	豆干豬柳 <small>豬肉(CAS),豆干,蔬菜(炒)</small>	鮮瓜雙色 <small>鮮瓜,胡蘿蔔(炒)</small>	有機青菜	海芽味噌湯 <small>味噌,海芽,蔬菜(煮)</small>	乳品			
9	四	胚芽飯 <small>白米,胚芽(蒸)</small>	里肌肉排*1 <small>豬肉(CAS)(油)</small>	雞蓉玉米蛋 <small>雞肉(CAS),雞蛋,玉米(炒)</small>	白菜滷 <small>大白菜,胡蘿蔔,木耳(炒)</small>	有機青菜	鄉村蘿蔔湯 <small>蘿蔔(煮)</small>	水果			
10	五	招牌油飯 <small>白米,豬油,香菇(蒸)</small>	彩燴雞片 <small>雞肉(CAS),時蔬(炒)</small>	★▲甜不辣炸魚 <small>魚肉,甜不辣(炸)</small>	雙拼滷味 <small>海帶,豆干(滷)</small>	有機青菜	薑絲冬瓜湯 <small>冬瓜,薑(煮)</small>				
13	一	燕麥飯 <small>白米,燕麥(蒸)</small>	★▲椒鹽蝦排*1 <small>蝦排(炸)</small>	竹筍炒肉絲 <small>豬肉(CAS),竹筍,胡蘿蔔(炒)</small>	蔥爆豆腐 <small>豆腐,洋葱,時蔬(燒)</small>	青菜	綜合仙草 <small>仙草,綜合(煮)</small>				
14	二	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	滑蛋嫩雞 <small>雞肉(CAS),雞蛋,時蔬(炒)</small>	台式豆干肉燥 <small>豬肉(CAS),豆干(滷)</small>	紅絲大白菜 <small>大白菜,時蔬(炒)</small>	青菜	黃瓜大骨湯 <small>大黃瓜,大骨(CAS)(煮)</small>				
15	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	岩烤豬排*1 <small>豬肉(CAS)(烤)</small>	蔥爆雞柳 <small>雞肉(CAS),時蔬(燒)</small>	蔬菜粉絲 <small>綠瓜,冬粉,時蔬(煮)</small>	有機青菜	筍片湯 <small>筍片(煮)</small>				
16	四	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	泡菜豬肉 <small>豬肉(CAS),泡菜,時蔬(炒)</small>	日式蒸蛋 <small>雞蛋(蒸)</small>	脆炒黃芽 <small>豆芽,木耳,時蔬(煮)</small>	有機青菜	薑絲海芽湯 <small>海芽,薑絲(煮)</small>	水果			
17	五	紅藜飯 <small>白米,紅藜(蒸)</small>	南瓜玉米雞 <small>雞肉(CAS),南瓜,玉米(炒)</small>	★生鮮炸魚排*1 (補履歷認證) <small>魚排(炸)</small>	海帶干絲 <small>海帶,豆干絲,胡蘿蔔(煮)</small>	有機青菜	養生蔬菜湯 <small>蔬菜(煮)</small>				
20	一	番茄義大利麵 <small>麵條,絞肉(CAS),蔬菜(炒)</small>	炙燒雞柳*1 <small>雞肉(CAS)(燒)</small>	義式薯餅*3 <small>馬鈴薯(烤)</small>	彩椒花椰 <small>花椰菜,彩椒(炒)</small>	青菜	玉米濃湯 <small>玉米,雞蛋,馬鈴薯(煮)</small>				
21	二	胚芽飯 <small>白米,胚芽(蒸)</small>	★日式炸豬排*1 <small>豬肉(CAS)(炸)</small>	綜合魚丸煮 <small>虱目魚丸(CAS),黑輪,米血糕(煮)</small>	金菇鮮瓜 <small>鮮瓜,金針菇,胡蘿蔔(炒)</small>	青菜	紅豆麥片 <small>紅豆,麥片(煮)</small>				
22	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	油豆腐雞丁 <small>雞肉(CAS),油豆腐(燒)</small>	沙茶炒肉 <small>豬肉(CAS),洋葱(炒)</small>	田園玉米 <small>玉米粒,時蔬(煮)</small>	有機青菜	鮮瓜湯 <small>大黃瓜(煮)</small>	乳品			
23	四	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	咖哩雞 <small>雞肉(CAS),馬鈴薯,胡蘿蔔(炒)</small>	白菜燒豬 <small>豬肉(CAS),大白菜,時蔬(燒)</small>	玉筍高麗菜 <small>高麗菜,玉米筍,胡蘿蔔(炒)</small>	有機青菜	馬鈴薯蔬菜湯 <small>馬鈴薯,蔬菜(煮)</small>	水果			
24	五	小米飯 <small>白米,小米(蒸)</small>	客家滷肉 <small>豬肉(CAS),筍(燒)</small>	雞茸鮮蔬燴蛋 <small>雞肉,雞肉(CAS),鮮蔬(炒)</small>	家常粉絲 <small>粉絲,時蔬(炒)</small>	有機青菜	大滷湯 <small>豆腐,蔬菜(煮)</small>				
27	一	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	◆和風燒魚片 (新制:履歷認證) <small>魚肉(過油,燒)</small>	鐵板豬柳 <small>豬肉(CAS),洋葱(炒)</small>	干丁四色 <small>豆干,毛豆,玉米,胡蘿蔔(炒)</small>	青菜	好彩頭蘿蔔湯 <small>蘿蔔(煮)</small>				
28	二	咖哩炒飯 <small>白米,時蔬(炒)</small>	塔香三杯雞 <small>雞肉(CAS),米血糕(炒)</small>	菇香燉肉 <small>豬肉,鮮菇,時蔬(燉)</small>	清炒筍絲 <small>筍絲,時蔬(炒)</small>	青菜	味噌豆腐湯 <small>味噌,豆腐(煮)</small>				
29	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	五香排骨*1 <small>豬肉(燒)</small>	日式蒸蛋 <small>雞蛋(蒸)</small>	海帶豆干 <small>海帶,豆干(滷)</small>	有機青菜	枸杞冬瓜湯 <small>冬瓜,枸杞(煮)</small>				
30	四	紅藜飯 <small>白米,紅藜(蒸)</small>	沙嗲肉片 <small>豬肉(CAS),時蔬(炒)</small>	★金黃雞塊*2 <small>雞肉(CAS)(炸)</small>	腐皮高麗菜 <small>高麗菜,腐皮,時蔬(炒)</small>	青菜	黑糖山粉圓 <small>黑糖,山粉圓(煮)</small>	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,不適宜對其過敏體質者食用。

烹調及 取用 0次	魚肉及海鮮 2次	豬肉 10次	雞肉 9次	生鮮食材 20次	副菜全日分拆(次/月) ▲加工食品 3次	其他分拆(次/月) ★油炸品 甜湯 6次 4次
-----------------	-------------	-----------	----------	-------------	----------------------------	-------------------------------