

日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜一	蔬菜	湯品	附品	營養成分				熱量 (大卡)		
									全糖(%)	反式脂肪(%)	鈉(%)	油質(%)			
06	四	小米飯	豬肉筑前煮 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	肉蓉寬粉 <small>寬粉+干丁+雞肉+時蔬-煮</small>	清炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	有機蔬菜	鮮瓜雞湯 <small>雞肉+瓜+薑-煮</small>		6.5	2.8	2.0	2.8		874	
07	五	五穀飯	紐澳良炒雞 <small>雞肉+時蔬-炒</small>	★◎椒鹽花枝丸X2 <small>花枝丸-炸</small>	彩繪玉米 <small>玉米+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	紫菜肉絲湯 <small>紫菜+祥圓豬肉+薑-煮</small>		6.6	3.0	2.0	2.8		896	
10	一	紅藜飯	綠咖哩豬 <small>祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small>	★轟炸魚丁X3 <small>魚-炸</small>	金菇海絲 <small>海絲+時蔬-煮</small>	青菜	柴魚味噌湯 <small>味噌+豆腐+柴魚-煮</small>	水果	6.2	2.8	2.0	3.0	1	920	
11	二	特製義大利麵	醬燒雞排X1 <small>雞排-燒</small>	番茄肉醬 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	地瓜薯條X3 <small>地瓜薯條-烤</small>	青菜	玉米濃湯 <small>玉米+時蔬-煮</small>		6.2	2.8	2.0	2.8		851	
12	三	有機飯	奶油鮮菇雞 <small>雞肉+時蔬-煮</small>	香蔥炒蛋 <small>蔥+蛋+時蔬-炒</small>	時令條豆 <small>條豆+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	鮮蔬肉絲湯 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	鮮奶	6.2	2.8	2.0	2.8		1	951
13	四	胚芽飯	蘿蔔燒豬 <small>麵輪+祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	◎麥克雞塊X2 <small>雞塊-烤</small>	有機高麗 <small>有機高麗菜+時蔬-炒</small>	青菜	冬瓜山粉圓 <small>山粉圓+冬瓜塊-煮</small>		6.5	3.0	2.0	2.8		889	
14	五	紫米飯	泡菜年糕雞 <small>芝麻+年糕+雞肉+泡菜+時蔬-燒</small>	大醬豬肉豆腐 <small>祥圓豬肉+豆腐+時蔬-煮</small>	干絲芽菜 <small>豆芽菜+干絲+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	薑絲海芽湯 <small>海芽+薑-煮</small>		6.2	3.0	1.9	3.0		873	
17	一	薏仁飯	◆五味魷魚 <small>魷魚+時蔬-煮</small>	蒙古燒肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	蝦香白菜 <small>大白菜+蝦皮+時蔬-炒</small>	青菜	金榜麵線羹 <small>麵線+時蔬+柴魚片-煮</small>	水果	6.6	2.8	2.0	3.0	1	950	
18	二	招牌油飯	香嫩雞翅X1 <small>三節雞翅-烤</small>	滷味拼盤 <small>豆干+鵝蛋+時蔬-滷</small>	清爽炒筍 <small>筍+時蔬-炒</small>	青菜	蘿蔔雞湯 <small>雞肉+白蘿蔔+時蔬-煮</small>		6.5	3.0	2.0	3.0		898	
19	三	有機飯	古早味豬排X1 <small>豬排-燒</small>	鮮蔬蒸蛋 <small>蛋+時蔬-蒸</small>	鮮蔬烤麩 <small>烤麩+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	玉米湯 <small>玉米+時蔬-煮</small>	鮮奶	6.2	3.0	2.0	2.8		1	966
20	四	雜糧飯	三杯菇菇雞 <small>雞肉+菇+九層塔-煮</small>	豆干炒肉 <small>豆干+祥圓豬肉+時蔬-炒</small>	鮮炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	有機蔬菜	時令排骨湯 <small>排骨+瓜+薑-煮</small>	履歷豆漿	6.4	2.8	2.0	2.8		866	
21	五	糙米飯	蒜泥白肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	★◎轟炸雞柳條X2 <small>雞柳條-炸</small>	彩繪花椰 <small>花椰菜+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	花生麥片湯 <small>花生+麥片-煮</small>		6.6	3.0	1.9	2.8		894	
24	一	小米飯	招牌咖哩雞 <small>雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small>	◎時蔬肉丸X1 <small>獅子頭+時蔬-煮</small>	奶香白菜 <small>大白菜+時蔬-煮</small>	青菜	海芽味噌湯 <small>味噌+豆腐+海芽-煮</small>	水果	6.4	3.0	2.0	3.0	1	950	
25	二	五穀飯	★杏片花枝排X1 <small>杏仁片+花枝排-炸</small>	玉米豆腐蛋 <small>蛋+豆腐+玉米-炒</small>	滷汁海結 <small>海結+時蔬-滷</small>	青菜	綠豆薏仁湯 <small>綠豆+薏仁-煮</small>		6.2	3.0	2.0	3.0		875	
26	三	有機飯	菇菇雞 <small>雞肉+時蔬-燒</small>	蔥味魚塊X2 <small>魚+時蔬-燒</small>	鮮炒花椰 <small>花椰菜+時蔬-炒</small>	有機蔬菜	什錦蔬菜湯 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	鮮奶	6.6	3.0	1.9	2.9		1	998
27	四	蒜香義大利麵	西式豬排X1 <small>豬排-燒</small>	椒鹽薯餅X4 <small>馬鈴薯餅-烤</small>	彩繪四季 <small>四季豆+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	南瓜濃湯 <small>南瓜+地瓜+時蔬-煮</small>		6.4	2.8	2.0	2.8		866	
28	五	胚芽飯	冬瓜燒豬 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small>	茄醬雞X3 <small>雞肉-燒</small>	有機高麗 <small>有機高麗菜+時蔬-煮</small>	青菜	筍子湯 <small>筍-煮</small>		6.5	2.9	2.0	2.9		889	

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品
※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

豆類 及其 製品 次	主菜種類(次/月)		主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品	甜湯
					魚、肉類	其他		
0	次	次	次	次	次	次	次	次
1	7	8	15	2	4	0	4	3

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米

◆表示3章1Q增加溯源水產品

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者

