



※本公司全面使用【非基因改造】玉米及黃豆製品；全面採用國產豬及其製品 產地：臺灣 營養師：吳佳玲(營養字第7729)

| 日期 | 星期 | 主食                            | 主菜                          | 副菜1                           | 副菜2                     | 青菜     | 湯品                    | 備註   | 熱 | 量 | 價   |
|----|----|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------|--------|-----------------------|------|---|---|-----|
| 2  | 一  | 白飯<br>白米                      | 叉燒肉條X4<br>豬肉X4-烤            | 蕃茄豆腐<br>豆腐+洋蔥+蕃茄-煮            | 鐵板豆芽<br>綠豆芽+紅蘿蔔-炒       | 產銷履歷蔬菜 | 味噌蛋花湯<br>海帶芽+雞蛋+味噌    |      | 6 | 2 | 808 |
| 3  | 二  | 胚芽飯<br>白米+胚芽米                 | 糖醋雞塊<br>雞肉+洋蔥-燒             | 焗烤咖哩肉醬<br>馬鈴薯+豬絞肉+洋蔥+紅蘿蔔+起司-烤 | 乾煸四季<br>四季豆+芝麻-炒        | 產銷履歷蔬菜 | 日式豚骨湯<br>白蘿蔔+玉米+湯排    |      | 6 | 2 | 806 |
| 4  | 三  | 肉燥刀削麵<br>麵+豆干+豬絞肉+時蔬          | 醬燒豬排 X1<br>豬排-滷             | 炸薯球 X4<br>薯球*4-炸              | 脆炒高麗<br>高麗菜+紅蘿蔔+木耳-炒    | 產銷履歷蔬菜 | 高山金針湯<br>金針花+金針菇+雞骨   |      | 6 | 2 | 799 |
| 5  | 四  | 小米飯<br>白米+小米                  | 三杯雞<br>雞肉+杏鮑菇+九層塔-燒         | 西魯肉<br>大白菜+豬肉+紅蘿蔔+雞蛋+香菇-煮     | 豆皮花椰<br>花椰+豆皮-炒         | 有機蔬菜   | 酸辣清湯<br>豆腐+竹筍+紅蘿蔔     |      | 6 | 2 | 796 |
| 6  | 五  | 白飯<br>白米                      | 壽喜燒豚肉<br>豬肉+洋蔥+金針菇-煮        | 蒜炒甜不辣<br>甜不辣+紅蘿蔔-炒            | 川耳時瓜<br>時瓜+紅蘿蔔+川耳-煮     | 產銷履歷蔬菜 | 巧達濃湯<br>馬鈴薯+紅蘿蔔+雞蛋    |      | 6 | 2 | 792 |
| 11 | 三  | 香鬆什錦蛋炒飯<br>白米+雞蛋+玉米+時蔬+香鬆     | 炸香雞排 X1<br>雞排-炸             | 五香獅子頭 X1<br>獅子頭X1+大白菜+紅蘿蔔-煮   | 油燻脆筍<br>竹筍+香菇-炒         | 產銷履歷蔬菜 | 冬瓜排骨湯<br>冬瓜+大麥+湯排     |      | 6 | 2 | 799 |
| 12 | 四  | 芝麻飯<br>白米+芝麻                  | 韓味銅盤烤肉<br>豬肉+洋蔥-炒           | 奶香可樂餅 X2<br>可樂餅X2-烤           | 麻香黃芽<br>黃豆芽+海帶芽+小黃瓜-拌   | 有機蔬菜   | 大醬湯<br>白蘿蔔+豆腐+時蔬      |      | 6 | 2 | 808 |
| 13 | 五  | 燕麥飯<br>白米+燕麥                  | 酸甜雞翅 X1<br>雞翅X1-燒           | 腰果玉米肉茸<br>玉米+豬絞肉+紅蘿蔔+腰果-炒     | 蘿蔔油腐<br>白蘿蔔+紅蘿蔔+油豆腐-煮   | 產銷履歷蔬菜 | 麵線羹<br>麵線+竹筍+金針菇      |      | 6 | 2 | 792 |
| 16 | 一  | 白飯<br>白米                      | 咖哩豬<br>豬肉+馬鈴薯+洋蔥+紅蘿蔔-煮      | 麥克雞塊 X2<br>麥克雞塊X2-烤           | 干片四季<br>四季豆+豆干+紅蘿蔔-炒    | 產銷履歷蔬菜 | 柴魚燉湯<br>白蘿蔔+海帶+雞骨+柴魚片 |      | 6 | 2 | 814 |
| 17 | 二  | 紫米飯<br>白米+紫米                  | 南蠻脆皮雞<br>雞肉+四季豆-燒           | 滷味<br>百頁+麵輪+海帶-滷              | 香菇高麗<br>高麗菜+紅蘿蔔+香菇-炒    | 產銷履歷蔬菜 | 竹筍排骨湯<br>竹筍+紅蘿蔔+湯排    |      | 6 | 2 | 799 |
| 18 | 三  | 焗烤肉醬義大利麵<br>麵+豬絞肉+玉米+蕃茄+起司+時蔬 | 炸黃金豬排 X1<br>豬排*1-炸          | 鮮肉蒸餃 X2<br>蒸餃*2-蒸             | 雙色花椰<br>花椰+紅蘿蔔-炒        | 產銷履歷蔬菜 | 玉米濃湯<br>玉米+紅蘿蔔+雞蛋     |      | 6 | 2 | 811 |
| 19 | 四  | 白飯<br>白米                      | 雞肉捲 X1<br>雞肉捲-烤             | 香菇拌飯肉燥<br>豆干+豬絞肉+洋蔥+黃豆+香菇-煮   | 蝦香鮮瓜<br>時瓜+紅蘿蔔+蝦米-炒     | 有機蔬菜   | 白菜排骨湯<br>大白菜+紅蘿蔔+湯排   |      | 6 | 2 | 800 |
| 20 | 五  | 大麥飯<br>白米+大麥                  | 醃醃豬腳<br>豬肉+豬腳+竹筍-滷          | 紅蘿蔔炒蛋<br>雞蛋+紅蘿蔔+洋蔥-炒          | 螞蟻上樹<br>高麗菜+冬粉+豬絞肉+香菇-炒 | 產銷履歷蔬菜 | 小魚豆腐湯<br>豆腐+小魚干+洋蔥    |      | 6 | 2 | 795 |
| 23 | 一  | 小米飯<br>白米+小米                  | 蒜香烤翅 X1<br>雞翅X1-烤           | 古早味肉羹<br>竹筍+肉羹+雞蛋+時蔬-炒        | 玉米高麗<br>高麗菜+玉米+紅蘿蔔-炒    | 產銷履歷蔬菜 | 海帶排骨湯<br>海帶+油豆腐+湯排    |      | 6 | 2 | 808 |
| 24 | 二  | 白飯<br>白米                      | 泰味打拋肉<br>豬絞肉+豆薯+蕃茄+洋蔥+九層塔-煮 | 蜜汁魚排 X1<br>魚排X1-燒             | 蔥香豆芽<br>豆芽+紅蘿蔔+蔥-炒      | 產銷履歷蔬菜 | 枸杞冬瓜湯<br>冬瓜+紅棗+枸杞+雞骨  |      | 6 | 2 | 827 |
| 25 | 三  | 嘉義雞滷飯<br>白米+雞肉+豬絞肉            | 黑胡椒雞排 X1<br>雞排-燒            | 炸海苔薯條 X4<br>薯條-炸              | 爆皮白菜<br>大白菜+紅蘿蔔+爆皮+香菇-煮 | 產銷履歷蔬菜 | 米粉湯<br>米粉+綠豆芽+香菇+紅蔥頭  | 三章豆漿 | 6 | 2 | 801 |
| 26 | 四  | 地瓜飯<br>白米+地瓜                  | 回鍋肉<br>豬肉片+高麗菜-炒            | 蒸蛋<br>雞蛋+時蔬-蒸                 | 薑絲海根<br>海帶根+薑絲-炒        | 有機蔬菜   | 三絲湯<br>竹筍+紅蘿蔔+木耳+雞骨   |      | 6 | 2 | 818 |
| 27 | 五  | 白飯<br>白米                      | 越式咖哩雞<br>雞肉+冬粉+洋蔥+蕃茄+九層塔-煮  | 油腐滷肉<br>豬肉+油豆腐+時蔬-滷           | 蒟蒻大瓜<br>時瓜+紅蘿蔔+蒟蒻-煮     | 產銷履歷蔬菜 | 玉米蛋花湯<br>玉米+雞蛋        |      | 6 | 2 | 794 |
| 30 | 一  | 芝麻飯<br>白米+芝麻                  | 薑汁燒肉<br>豬肉+洋蔥+金針菇-煮         | 雞肉堡排 X1<br>麥香雞肉堡排 X1-炸        | 海結蘿蔔<br>白蘿蔔+紅蘿蔔+海帶結-煮   | 產銷履歷蔬菜 | 黃芽排骨湯<br>黃豆芽+蕃茄+湯排    |      | 6 | 2 | 808 |
| 31 | 二  | 白飯<br>白米                      | 砂鍋鮮魚<br>魚肉+大白菜+豆皮+木耳-煮      | 竹筍炒肉絲<br>竹筍+豬肉+紅蘿蔔-炒          | 清炒花椰<br>花椰+紅蘿蔔-炒        | 產銷履歷蔬菜 | 味噌豆腐湯<br>海帶芽+豆腐+味噌    |      | 6 | 2 | 799 |