

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯品	副品	營養分析						
				綠色	有機			全日	脂肪	鈣質	蛋白質	熱能		
1	五	白飯	腰果雞球 <small>雞肉(主)、時蔬、腰果/炒</small>	肉燥干丁 <small>豬肉(主)、豆干、時蔬/燒</small>	雞絲高麗 <small>甘藍(主)、雞肉、時蔬/炒</small>	綠色 青菜	筍香湯 <small>竹筍、雞肉</small>	6	2.8	2	2.9	0	811	
4	一	地瓜飯	豉汁燉肉 <small>豬肉(主)、豆豉、時蔬/燒</small>	麻婆豆腐 <small>板豆腐(主)、豬肉/燒</small>	金菇絲瓜 <small>絲瓜(主)、金針菇、冬菇/燒</small>	綠色 青菜	海芽薑絲湯 <small>海帶芽、薑</small>	水果	6	2.9	2	2.8	1	874
5	二	白飯	菇菇燒雞 <small>雞肉(主)、鮮菇/燒</small>	綜合滷味 <small>白蘿蔔(主)、時蔬/滷</small>	彩繪花椰 <small>花椰菜(主)、時蔬、雞肉/炒</small>	綠色 青菜	味噌湯 <small>板豆腐、洋蔥</small>		6	2.9	1.8	3	0	818
6	三	有機白飯	京醬肉絲 <small>豬肉(主)、洋蔥/炒</small>	★無骨雞排x1 <small>雞肉(主)/炸</small>	筍燴油腐 <small>油豆腐(主)、竹筍、時蔬/燴</small>	有機 青菜	蘿蔔湯 <small>白蘿蔔</small>		6	3	2	3	0	830
7	四 特餐	炸醬麵	義式烤雞腿x1 <small>雞肉(主)、香料/烤</small>	●鮮肉燒賣x1 <small>燒賣/蒸</small>	雞絲銀芽 <small>綠豆芽(主)、雞肉、時蔬/炒</small>	有機 青菜	綠豆湯 <small>綠豆</small>	豆漿	6	2.9	2.2	2.8	1	879
8	五	白飯	咖哩豬 <small>豬肉(主)、洋芋、時蔬/燒</small>	肉燥滷蛋x1 <small>水蛋(主)、豬肉/滷</small>	肉末玉米 <small>玉米(主)、毛豆、時蔬/炒</small>	綠色 青菜	大瓜湯 <small>大黃瓜、雞肉</small>		6	2.5	2	3	0	793
國慶日補假不供餐														
12	二	芝麻飯	沙茶炒豬肉 <small>豬肉(主)、沙茶醬、時蔬/炒</small>	鮮筍什錦 <small>竹筍(主)、時蔬/炒</small>	★鹽酥雞x3 <small>雞肉(主)/炸</small>	綠色 青菜	鮮蔬肉絲湯 <small>時蔬、雞肉</small>		6	2.7	2.2	3	0	813
13	三	有機白飯	蒜香嫩雞 <small>雞肉(主)、時蔬、蒜/燒</small>	佛跳牆 <small>大白菜(主)、時蔬、雞肉/燒</small>	烤地瓜x1 <small>地瓜(主)/烤</small>	有機 青菜	肉骨茶湯 <small>白蘿蔔、雞肉、肉骨茶包</small>		6	2.8	2	2.9	0	811
14	四	薏仁飯	五香燒肉 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	玉米炒蛋 <small>雞蛋(主)、玉米/炒</small>	滷翅小腿x1 <small>雞肉(主)/燒</small>	有機 青菜	羅宋湯 <small>蕃茄、時蔬</small>	豆漿	6	2.9	1.8	2.9	1	873
15	五 特餐	香菇油飯	雞肉井 <small>雞肉(主)、時蔬/燒</small>	香滷豬排x1 <small>豬肉(主)/滷</small>	肉絲高麗 <small>甘藍(主)、豬肉、時蔬/炒</small>	綠色 青菜	山粉圓甜湯 <small>山粉圓</small>		6	2.9	1.9	3	0	820
18	一	香鬆飯	壽喜燒豬肉 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	輕食關東煮 <small>白蘿蔔(主)、時蔬/滷</small>	風味魚條x2 <small>水蛋(主)/烤</small>	綠色 青菜	玉米鮮蔬湯 <small>玉米、時蔬</small>	水果	6	2.7	1.8	2.7	1	849
19	二	白飯	五香肉燥 <small>豬肉(主)、時蔬、豆干/燒</small>	★脆皮卡啦雞x1 <small>雞肉(主)/炸</small>	白菜炒年糕 <small>大白菜(主)、年糕、時蔬/燒</small>	綠色 青菜	地瓜甜湯 <small>地瓜</small>		6	2.9	2	2.9	0	818
20	三	有機白飯	香滷豬排x1 <small>豬肉/滷</small>	玉米雞球 <small>玉米(主)、毛豆、時蔬/炒</small>	螞蟻上樹 <small>甘藍(主)、冬菇、時蔬/炒</small>	有機 青菜	酸辣湯 <small>板豆腐、時蔬、雞蛋</small>		6.3	2.7	2	2.7	0	815
21	四	白飯	咖哩雞 <small>雞肉(主)、時蔬/燒</small>	咕咾肉 <small>豬肉(主)/燒</small>	彩燴銀芽 <small>綠豆芽(主)、時蔬/炒</small>	有機 青菜	海芽蛋花湯 <small>海帶芽、雞蛋</small>	豆漿	6	2.9	2	2.6	1	865
22	五 特餐	雞肉絲飯	蔥爆肉絲 <small>豬肉(主)、蔥/炒</small>	海結茶葉蛋x1 <small>水蛋/滷</small>	客家小炒 <small>豆干(主)、時蔬/炒</small>	綠色 青菜	芹香蘿蔔湯 <small>白蘿蔔、芹菜</small>		6	2.9	1.9	3	0	820
25	一	芝麻飯	沙茶雞丁 <small>雞肉(主)、沙茶醬、時蔬/燒</small>	彩燴大瓜 <small>大黃瓜(主)、時蔬/燒</small>	蕃茄燒豆腐 <small>板豆腐(主)、蕃茄/燒</small>	綠色 青菜	椰香西米露 <small>西谷米、椰漿粉</small>	水果	6	2.7	1.8	2.7	1	849
26	二	白飯	蘑菇醬豬柳 <small>豬肉(主)、蘑菇、時蔬/燒</small>	★香雞堡排x1 <small>雞肉/炸</small>	雞絲高麗 <small>甘藍(主)、雞肉、時蔬/炒</small>	綠色 青菜	肉骨茶湯 <small>白蘿蔔、雞肉、肉骨茶包</small>		6	2.9	2	2.9	0	818
27	三	有機白飯	脆瓜燒雞 <small>雞肉(主)、脆瓜/燒</small>	什錦炒寬粉 <small>甘藍(主)、寬粉、時蔬/炒</small>	蒜蓉豆干 <small>豆干(主)/滷</small>	有機 青菜	昆布火鍋湯 <small>昆布、時蔬</small>		6.3	2.7	2	2.7	0	815
28	四	五穀飯	香料烤雞排x1 <small>雞肉(主)、香料/烤</small>	日式蒸蛋 <small>飯糰液(主)/蒸</small>	●義式肉丸x1 <small>豬肉(主)、時蔬/燒</small>	有機 青菜	紫菜豆腐湯 <small>紫菜、板豆腐</small>	豆漿	6	2.9	2	2.6	1	865
29	五 特餐	茄汁肉醬 義大利麵	香滷豬排x1 <small>豬肉/滷</small>	地瓜薯條x3 <small>地瓜薯條/烤</small>	鮮菇炒花椰 <small>花椰菜(主)、鮮菇、時蔬/炒</small>	綠色 青菜	玉米濃湯 <small>玉米、雞蛋、時蔬</small>		6	2.9	1.9	3	0	820

※所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。●表示加工品。★表示油炸品。※本菜單含有蝦、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、洋蔥、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)	
雞肉	豬肉	生鮮食材	調理食品	●加工品		★油炸品	甜湯
9次	11次	20次	0次	2次		4次	4次