

日期	星期	主食	主菜	副菜		青菜	湯品	附餐	全穀類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂類	熱量
1	五	白飯 白米	沙嗲雞 雞肉+時蔬-燒	肉絲甜條 甜不辣+豬肉-炒	鐵板豆芽 豆芽菜+時蔬-炒	蔬菜	味噌湯 豆腐+海帶芽+味噌		6.6	2.7	2.4	2.3	828
4	一	白飯 白米	吮指豬小排 豬小排+洋芋+芝麻-燒	火腿炒蛋 雞蛋+洋蔥+火腿-炒	螞蟻上樹 冬粉+時蔬+豬肉-炒	蔬菜	貢丸湯 筍+貢丸		6.7	2.6	2.4	2.2	823
5	二	打拋肉燥飯 白米+時蔬+豬肉	烤雞排 雞排(X1)-烤	黑干滷味 黑豆干+豬肉+時蔬-滷	三角薯餅X2 薯餅(X2)-炸	蔬菜	奶香銀耳露 白木耳+蓮子+奶粉	中華愛玉	6.8	2.4	2.5	2.2	818
6	三												
7	四	白飯 白米	嫩汁雞翅 雞翅(X1)-烤	三杯肉片 豆干+豬肉-炒	櫻花蝦高麗 高麗菜+櫻花蝦-炒	蔬菜	玉米濃湯 玉米+時蔬	水果	6.7	2.5	2.5	2.3	823
8	五	白飯 白米	蒜味肉條 豬肉切條-烤	小瓜雞丁 小黃瓜+雞肉-炒	油燜筍茸 筍茸+麵輪-煮	蔬菜	鮮蔬雞湯 蘿蔔+雞骨		6.7	2.5	2.5	2.5	832
11	一	白飯 白米	咖哩雞 雞肉+洋芋+咖哩-煮	炸排骨酥X3 豬肉(X3)+地瓜-炸	炒干絲 豆干+時蔬-炒	蔬菜	味噌蘿蔔湯 蘿蔔+海帶芽+味噌		6.6	2.5	2.6	2.3	818
12	二	海苔香鬆飯 白米+海苔香鬆	沙茶肉片 肉片+時蔬+沙茶-燒	紅油炒手X2 魚餃(X2)+豆芽菜-炒	鮮蔬花椰 花椰菜+時蔬-炒	蔬菜	椰香西米露 地瓜+西谷米+椰奶	水果	6.8	2.3	2.5	2.4	819
13	三												
14	四	金瓜香炊粉 米粉+南瓜+豬肉	控肉排 控肉排(X1)-燒	珍珠丸X2 珍珠丸(X2)-蒸	清炒黃瓜 黃瓜+時蔬-炒	蔬菜	冬瓜薑湯 冬瓜	果醋	6.7	2.5	2.6	2.3	825
15	五	白飯 白米	宮保雞丁 雞肉+時蔬-炒	佛跳牆 白菜+豬肉+筍+芋頭-煮	鮮蔬寬粉 寬冬粉+時蔬+豬肉-炒	蔬菜	羅宋湯 豆薯+菇+番茄		6.5	2.6	2.4	2.3	814
18	一	白飯 白米	梅干扣肉 豬肉+筍+梅菜-煮	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔-炒	金黃薯格格 格子薯餅(X2)-炸	蔬菜	酸辣湯 豆腐+木耳+紅蘿蔔		6.7	2.6	2.5	2.2	826
19	二	蔥油雞肉飯 白米+雞肉	去骨雞排 去骨雞排(X1)-燒	紅醬肉圓 肉圓(X1)+海山醬-蒸	鮮菇高麗 高麗菜+菇-炒	蔬菜	玉米蛋花湯 玉米+雞蛋+紅蘿蔔	巧克力蛋糕	6.5	2.8	2.3	2.4	831
20	三												
21	四	白飯 白米	卡拉雞排 雞排(X1)-炸	五更腸旺 凍豆腐+豬血+豬腸+酸菜-滷	燉黃瓜 大黃瓜+時蔬-煮	蔬菜	綜合仙草 綠豆+綜合圓+仙草	水果	6.7	2.5	2.6	2.5	834
22	五	白飯 白米	蒜味肉條 豬肉切條-烤	麻婆豆腐 豆腐+豬肉-煮	雙色花椰 花椰菜+時蔬-炒	蔬菜	竹筍雞湯 筍+雞骨		6.7	2.5	2.4	2.5	829
25	一	芝麻海苔飯 白米+芝麻+海苔	蔥油雞排 雞排(X1)-蒸	豆酥魚條X2 魚條(X2)+豆酥-炸	碰皮燉菜 大白菜+碰皮+時蔬-煮	蔬菜	青菜蛋花湯 青菜+雞蛋		6.5	2.5	2.5	2.3	809
26	二	白飯 白米	燒豬排 豬排(X1)-燒	越式咖哩雞 地瓜+雞肉+椰奶-煮	韓式黃芽 黃豆芽+海帶芽+時蔬-炒	蔬菜	味噌湯 豆腐+洋蔥+味噌	水果	6.7	2.6	2.6	2.5	842
27	三												
28	四	叻沙雞肉麵 麵+時蔬+雞肉+叻沙	柚子烤豬排 豬排(X1)+柚子醬-烤	蒸餃X2 蒸餃(X2)-蒸	冬瓜角螺 冬瓜+時蔬+角螺-煮	蔬菜	綠豆烤奶 綠豆+奶粉+紅茶	銅鑼燒	6.6	2.4	2.7	2.4	818
29	五	白飯 白米	泡菜雞 雞肉+白菜+泡菜-煮	脆瓜肉燥 豆干+花瓜+豬肉-炒	清炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	蔬菜	肉骨茶湯 豆薯+菇+排骨		6.7	2.6	2.5	2.4	835

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆
☆本公司未使用輻射污染食品☆
全面使用非基改豆類製品

