

日期	星期	主食	主菜	副菜		青菜	湯品	備註	全蛋 供應	五成 菜肉	蔬菜 類	肉類 類	魚 量
3	一	白飯	醬蒸嫩油腐	地瓜極X2	沙茶海帶	產銷履歷	麵線羹		5.2	2.4	2.3	2.4	710
	蔬食日	白米	油腐(X2)+菇-蒸	地瓜極(X2)-烤	海帶根+紅蘿蔔+沙茶-煮		麵線+筍						
4	二	胚芽飯	咖哩豬排	蒸蛋	蒜味花椰	有機蔬菜	味噌豆腐湯		5.2	2.5	2.3	2.4	717
		白米+胚芽米	豬排(X1)+咖哩-燒	雞蛋-蒸	花椰菜+彩椒-煮		豆腐+海帶芽+味噌						
5	三	白飯	烤雞排	麻醬時蔬炒肉	炒豆芽菜	產銷履歷	黃瓜排骨湯		5.2	2.4	2.3	2.4	709.5
		白米	雞排(X1)-烤	時蔬+豬肉+麻醬-炒	豆芽菜+韭菜-炒		大黃瓜+湯排						
6	四	薏仁飯	古早味豬排	關東煮	時蔬炒寬粉	產銷履歷	番茄蛋花湯		5.3	2.4	2.2	2.3	710
		白米+洋薏仁	豬排(X1)-油	蘿蔔+油豆腐+玉米-煮	寬冬粉+高麗菜+豬肉-炒		番茄+雞蛋						
7	五	香菇油飯	卡拉雞排	清炒甜不辣	開陽白菜	產銷履歷	巧達濃湯		5.4	2.3	2.1	2.4	711
		白米+糯米+時蔬+豬肉	雞排(X1)-炸	甜不辣+韭菜-炒	大白菜+紅蘿蔔+菇+蝦米-油		馬鈴薯+雞蛋+紅蘿蔔						
10	一	紫米飯	莎莎醬魚排	焗烤洋芋蛋	鮮蔬時瓜	產銷履歷	竹筍排骨湯		5.3	2.5	2.1	2.4	719
		白米+紫米	水鯊魚排(X1)+番茄-燒	雞蛋+馬鈴薯+起司-烤	時瓜+木耳-煮		筍+湯排						
11	二	白飯	韓式雞排	白菜燉肉	蒜味玉米	有機蔬菜	酸辣湯		5.4	2.4	2.3	2.3	719
		白米	雞排(X1)-烤	大白菜+豬肉-煮	玉米+時蔬-炒		豆腐+金針菇+雞蛋						
12	三	麥片飯	炸紅糟豬排	客家小炒	芝麻菜豆	產銷履歷	榨菜肉絲湯		5.1	2.6	2.1	2.4	713
		白米+麥片	豬排(X1)-炸	豆干+豬肉+魷魚-炒	菜豆+紅蘿蔔+芝麻-煮		榨菜+豬肉						
13	四	白飯	蔥油雞腿排	蘿蔔肉羹	蒜炒高麗	產銷履歷	味噌針菇湯		5.3	2.5	2.2	2.3	717
		白米	雞排(X1)-蒸	蘿蔔+肉羹-煮	高麗菜+紅蘿蔔-炒		金針菇+海帶芽+味噌						
14	五	香蒜義大利麵	柚子豬排	義式香料雞	木須花椰	產銷履歷	羅宋湯		5.2	2.4	2.2	2.4	707
		麵+時蔬+豬肉	豬排(X1)+柚子-烤	小黃瓜+鮑菇+雞肉+綜合香料-炒	花椰菜+木耳-煮		時蔬+番茄						
17	一	白飯	雞肉捲	麻婆豆腐	塔香海茸	產銷履歷	肉骨茶湯	豆奶	5.2	2.5	2.1	2.5	717
		白米	雞肉捲(X1)-烤	豆腐+豬肉-煮	海茸+九層塔-煮		結頭菜+菇+湯排						
18	二	肉絲蛋炒飯	炸叉燒豬排	照燒雞肉丸X1	香菇白菜	有機蔬菜	玉米濃湯		5.1	2.5	2.3	2.3	706
		白米+時蔬+豬肉	豬排(X1)-炸	雞肉丸(X1)+馬鈴薯-燒	大白菜+香菇-煮		玉米+紅蘿蔔+雞蛋						
19	三	白飯	蜜汁雞排	蒜香高麗肉片	藥膳冬瓜	產銷履歷	山藥排骨湯		5.2	2.4	2.3	2.5	714
		白米	雞排(X1)-燒	高麗菜+豬肉+蒜-炒	冬瓜+枸杞-煮		山藥+馬鈴薯+湯排						
20	四	糙米飯	鐵路豬排	紅蘿蔔炒蛋	油燜筍茸	產銷履歷	大滷湯		5.1	2.5	2.1	2.4	705
		白米+糙米	豬排(X1)-燒	雞蛋+紅蘿蔔+毛豆-炒	筍茸+麵輪-煮		大白菜+木耳+紅蘿蔔						
21	五	白飯	去骨雞排	肉燥油豆腐	鐵板豆芽	產銷履歷	米粉湯		5.2	2.5	2.1	2.3	708
		白米	雞排(X1)-烤	油豆腐+豬肉-油	豆芽菜+紅蘿蔔+黑胡椒-炒		米粉+時蔬+香菇						
24	一	蕎麥飯	泡菜豬排	豆干滷味	雙色花椰	產銷履歷	洋蔥味噌湯		5.1	2.4	2.4	2.3	701
		白米+蕎麥	豬排(X1)+泡菜-燒	蘿蔔+豆干+紅蘿蔔-滷	花椰菜+菇-炒		洋蔥+海帶芽+味噌						
25	二	白飯	炸魚排	南瓜炒蛋	螞蟻上樹	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯		5.4	2.5	2.0	2.4	724
		白米	水鯊魚排(X1)-炸	雞蛋+南瓜-炒	冬粉+時蔬+豬肉+木耳-煮		蘿蔔+湯排						
26	三	五穀飯	炆肉排	玉米雞丁	蒜味時瓜	產銷履歷	針菇雞湯		5.3	2.4	2.1	2.4	712
		白米+五穀米	炆肉排(X1)-油	玉米+雞肉-炒	時瓜+紅蘿蔔-煮		金針菇+雞骨						
27	四	香蔥拌麵	沙茶雞排	蒸餃X2	菇炒筍丁	產銷履歷	蛋花湯		5.2	2.5	2.3	2.5	722
		麵+時蔬+豬肉+蔥	雞排(X1)+沙茶-油	蒸餃(X2)-蒸	筍+菇+毛豆-炒		時蔬+雞蛋						
28	五	小米飯	孜然豬排	蒸蛋	炒高麗菜	產銷履歷	薑絲冬瓜湯		5.2	2.5	2	2.3	705
		白米+小米	豬排(X1)+孜然-烤	雞蛋-蒸	高麗菜+紅蘿蔔-炒		冬瓜+薑						

魚類產品魚刺無法完全剷除，吃魚時請一定要細嚼慢嚥，小心魚刺

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆

☆本公司未使用輻射汙染食品☆

