

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	營養師 (份)	營養師 (份)	營養師 (份)	營養師 (份)	營養師 (份)	營養師 (份)	營養師 (份)
03	一	小米飯	日式咖哩	家常豆腐煲	爆炒白菜	青菜	味噌湯	水果	6.4	2.8	1.9	2.9	1.0	0.0	928
蔬食白		白米+小米-蒸	鮮圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	豆腐+時蔬-煮	白菜+時蔬-煮		味噌+豆腐-煮								
04	二	五穀飯	回鍋五花肉	★虱目魚條X2	燉煮蘿蔔	青菜	◎黑糖珍珠		6.4	3.0	1.9	2.9	0.0	0.0	883
		白米+五穀米-蒸	鮮圓豬肉+豆干+時蔬-煮	魚-炸	蘿蔔+時蔬-燒		粉圓+黑糖-煮								
05	三	有機飯	BBQ豬排X1	和風蒸蛋	彩繪四季	有機蔬菜	鮮瓜排骨湯	水果	6.3	3.0	2.0	2.7	1.0	0.0	929
		有機米-蒸	豬排-油	蛋+時蔬-蒸	四季豆+時蔬-炒		排骨+瓜+薑-煮								
06	四	端午油飯	★脆皮炸雞翅X1	筍干滷豆腐	鮮蔬高麗	有機蔬菜	薑絲紫菜湯		6.4	3.0	2.0	2.8	0.0	0.0	881
		糯米+開陽+鮮圓豬肉+時蔬-蒸	三節雞翅-炸	豆腐+筍-油	高麗菜+時蔬-炒		紫菜+薑-煮								
07	五	雜糧飯	堅果嫩雞	肉蓉寬粉	鮮菇燴瓜	有機蔬菜	義式蔬菜湯	罐歷豆漿	6.5	3.3	1.9	2.9	0.0	0.0	913
		白米+雜糧-蒸	雞肉+堅果+時蔬-煮	寬粉+鮮圓豬肉+時蔬-煮	瓜+時蔬-煮		蕃茄+時蔬-煮								

~6/10 (一) 端午節連假~

11	二	糙米飯 白米+糙米-蒸	壽喜燒豬 鮮肉豬肉+時蔬-燒	★◎蝦捲X1 蝦捲-炸	香炒海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	香菇雞湯 香菇+雞肉+薑絲-煮		6.3	2.9	2.0	2.9	0.0	0.0	871
12	三	有機飯 有機米-蒸	香嫩雞排X1 雞排-燒	奶香菇菇蛋 菇+蛋-煮	彩蔬花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	紫米薏仁湯 黑糯米+小薏仁+椰奶-煮	水果	6.3	2.9	1.9	2.9	1.0	0.0	928
13	四	DIY肉燥 魚柳拌麵 烏龍麵-煮	肉燥虱目魚柳 虱目魚+鮮肉豬肉+時蔬-煮	烤地瓜x1 地瓜-烤	芝香芽菜 豆芽菜+油片絲+時蔬-煮	有機蔬菜	白玉排骨湯 排骨+蘿蔔-煮		6.5	2.9	1.9	2.8	0.0	0.0	879
14	五	五穀飯 白米+五穀米-蒸	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	◎紅燒獅子頭X1 獅子頭+時蔬-燒	蒜炒甘藍 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	金菇豆腐湯 豆腐+菇+時蔬-煮		6.5	2.9	1.9	2.8	0.0	0.0	879
17	一	小米飯 白米+小米-蒸	高昇排骨 鮮肉豬肉+芝麻+年糕-煮	★鹹酥雞X3 雞肉-炸	香炒鮮瓜 瓜+素肉絲+時蔬-炒	青菜	味噌湯 味噌+時蔬-煮	水果	6.5	2.8	2.0	2.9	1.0	0.0	938
18	二	雞肉絲飯 白米+雞肉-蒸	鐵路豬排X1 豬排-燒	關東煮 油豆腐+時蔬+蒟蒻-煮	清爽洋芋 馬鈴薯+時蔬-煮	青菜	洋蔥蘑菇湯 洋蔥+蘑菇+時蔬-煮		6.4	2.9	2.0	2.7	0.0	0.0	869
19	三	有機飯 有機米-蒸	◎鹽水雞 米血+雞肉+時蔬-煮	番茄炒蛋 番茄+蛋+時蔬-煮	翠炒白菜 大白菜+時蔬-炒	有機蔬菜	酸菜肉絲湯 鮮肉豬肉+酸菜+時蔬-煮	水果	6.5	2.9	1.9	2.7	1.0	0.0	934
20	四	糙米飯 白米+糙米-蒸	吮指翅小腿X2 翅小腿-油	豆干炒魷魚 鮮肉豬肉+豆干+魷魚+時蔬-炒	醬香炒筍 筍+時蔬-炒	有機蔬菜	摩摩喳喳 西谷米+芋頭+地瓜-煮		6.4	3.0	2.0	2.7	0.0	0.0	877
21	五	麥片飯 白米+麥片-蒸	梅干扣肉 鮮肉豬肉+梅干菜+時蔬-煮	★◎麥香雞排X1 香雞排-炸	奶香玉米 玉米+時蔬-煮	有機蔬菜	鮮菇湯 菇+時蔬-煮		6.4	2.8	1.9	2.8	0.0	0.0	864
24	一	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	泰式咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	魚香炒豬 鮮肉豬肉+豆包+時蔬-煮	芝麻滷海根 海根+時蔬+芝麻-煮	青菜	◎仙草雙圓飲 地瓜圓+芋圓+仙草-煮	水果	6.5	2.9	2.0	2.7	1.0	0.0	937
25	二	特製義大利麵 麵+時蔬-煮	★香脆雞排X1 雞排-炸	番茄肉醬 鮮肉豬肉+番茄+時蔬-煮	鮮炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	玉米濃湯 玉米+時蔬-煮		6.5	3.0	1.9	3.0	0.0	0.0	895
26	三	有機飯 有機米-蒸	◆三杯鮮魚 水鯊魚+九層塔+時蔬-煮	醬爆雞丁 雞肉+時蔬-煮	時令條豆 四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	大滷湯 豆腐+時蔬-煮	水果	6.3	3.0	1.9	2.8	1.0	0.0	931
27	四	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	地瓜燒雞 雞肉+地瓜+時蔬-煮	滑嫩蒸蛋 蛋+時蔬-蒸	清炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		6.4	2.8	2.0	2.9	0.0	0.0	871

6/28 (五) 結業式~~放暑假囉~~

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 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」

※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※

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)	
日期及星期	肉品及海鮮	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			
						次	次	次	次	次
0	2	7	9	18	0	4	2	6	4	