

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬菜	油脂	熱量	
4/1	五	海苔香鬆飯 蔬食日	糖醋雞絞肉 燒：彩椒Q,雞絞肉T	茶碗蒸 蒸：蛋Q	蔥爆海帶干絲 炒：海帶絲,紅蘿蔔Q,青蔥,白干絲	有機蔬菜	玉米湯 玉米,紅蘿蔔,香菇		5	2	1	2	70
4/2~4/5 清明連續假期													
4/7	四	糙米飯	筍干封肉 燒：筍干,豬肉S	香蔥紅絲炒蛋 炒：青蔥,洋蔥Q,紅蘿蔔Q,蛋Q	客家小炒 炒：豆干片,豬肉絲S,韭菜	有機蔬菜	地瓜芋圓湯 地瓜,芋圓		5	2	1	2	69
4/8	五	白飯	紅燒魚 燒：洋蔥Q,魚丁S,青蔥	蒜香花椰 炒：花椰菜S,蒜頭	脆皮花枝丸 炸：花枝丸S	有機蔬菜	冬瓜薏仁肉片湯 冬瓜,小薏仁,肉片S		5	2	2	2	70
4/11	一	紅藜飯	杏菇燒雞 燒：雞丁S,杏鮑菇Q	麻婆豆腐 燒：豆腐,絞肉S,青蔥	金耳三絲 炒：竹筍Q,木耳Q,金耳菇Q	履歷蔬菜	蘿蔔肉絲湯 紅白蘿蔔,肉絲S		5	2	1	2	70
4/12	二	主廚炒飯	酥炸魚米花 炸：魚丁S	蛋酥白菜 炒：白菜Q,蛋Q	紅醬甜不辣 燒：甜不辣T,西芹Q	有機蔬菜	紅豆QQ 紅豆,QQ圓	水果	5	2	2	2	71
4/14	四	白飯	蔥燒肉片 炒：洋蔥Q,青蔥,豬肉片S	咖哩肉醬 燒：馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q,絞肉S	鐵板銀芽 炒：豆芽菜Q,韭菜Q	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌,豆腐,海帶芽		5	2	1	2	71
4/15	五	蕎麥飯 蔬食日	紅蔥肉燥 燒：紅蔥頭,絞肉S,竹筍Q	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	古早味蒸蛋 蒸：蛋Q,香菇Q	有機蔬菜	酸菜杏菇湯 酸菜,杏鮑菇		5	2	1	2	71
4/18	一	黑芝麻飯	砂鍋魚 燒：白菜Q,魚丁S	四分干滷肉 燒：豆干,豬肉丁S,杏鮑菇Q	清炒大瓜 燒：大瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	履歷蔬菜	蒜香鮮筍雞湯 竹筍,雞丁S,蒜頭		5	2	2	2	71
4/19	二	紫米飯	三杯雞丁 燒：九層塔,雞丁S	番茄炒蛋 炒：番茄Q,蛋Q,毛豆S	敏豆炒肉絲 炒：敏豆T,豬肉絲S	有機蔬菜	蘿蔔魚丸湯 紅白蘿蔔,魚丸S		5	2	1	2	70
4/21	四	什錦炒麵	粉嫩雞排 滷：雞排S	奶油玉米餅 炸：玉米餅S	小瓜肉片 炒：小瓜Q,豬肉片S	有機蔬菜	綠豆粉條 綠豆,粉條		5	2	1	2	71
4/22	五	白飯	鐵板肉片 炒：豆芽菜Q,豬肉片S	鴿蛋燒豆腐 燒：豆腐,絞肉S,烏蛋Q	蔬菜粉絲煲 炒：粉絲,芹菜Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	昆布肉絲湯 昆布,肉絲S		5	2	1	2	70
4/25	一	白飯	紅醬烤雞排 烤：雞排S	洋蔥金粒烘蛋 炒：玉米Q,洋蔥Q,蛋Q	冬瓜肉燥 燒：冬瓜Q,絞肉S	履歷蔬菜	酸辣湯 竹筍,紅蘿蔔,木耳,豆腐		5	2	2	2	71
4/26	二	小米飯	蜜汁排骨 燒：洋蔥Q,排骨S,豬肉丁S	醬燒油豆腐 燒：油豆腐丁,紅蘿蔔Q	香菇炒黃芽 炒：香菇Q,黃豆芽Q	有機蔬菜	芋頭西谷米 芋頭,西谷米		5	2	1	2	70
4/28	四	肉醬義大利麵	酥炸魚排 炸：魚排S	豆沙包 蒸：豆沙包S	蒲瓜木須 燒：蒲瓜Q,木耳Q	有機蔬菜	鮮菇蔬菜湯 白菜,紅蘿蔔,香菇		5	2	2	2	71
4/29	五	十穀飯	咖哩雞 燒：馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q,雞丁S	西芹黑輪丁 燒：西芹Q,黑輪丁S	醬燒海根 炒：海根,豬肉絲S,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄,蛋Q		5	2	1	2	70

一律使用國產豬肉；本廠並未使用輻射汙染食品

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code
營養師：暨湘云、葉亭好、沈凱瑄、張韻瑩 4/12(二)公糧回饋水果