



日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	全粉 豬標	玉米 蛋黃	蔬菜 類	油質 類	熱量
11	五	香Q白飯	三杯雞 雞丁S豆干-煮	鮮炒胡瓜 大黃瓜Q魚丸S紅蘿蔔Q-炒	茄汁洋芋 馬鈴薯Q絞肉S紅蘿蔔Q-煮	有機蔬菜	海芽味噌湯 海帶芽小魚干	5.7	2.4	2.3	2.6	754
14	一	海苔肉鬆飯	豆瓣燒魚 魚丁Q豆腐-燒	玉米彩繪 玉米粒S絞肉S毛豆S紅蘿蔔Q-煮	魷魚排 魷魚排S-炸	產銷履歷	肉骨茶湯 豆薯Q排骨S	5.8	2.5	2	2.7	765
15	二	香Q白飯	蒜蓉雞腿 雞腿S-滷	珍菇瓠瓜 扁蒲Q秀珍菇Q紅蘿蔔Q-炒	紅麴肉燥 筍T絞肉S-煮	有機蔬菜	紅豆湯圓 紅豆湯圓	5.6	2.5	2	2.5	742
17	四	五穀米飯	白醬燉雞 雞丁S馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-燉	油腐肉末 三角油腐絞肉S-煮	翠炒時蔬 高麗菜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜Q排骨S	5.8	2.4	2.2	2.5	754
18	五	蔬食日 燕麥飯	五香豆干×2 五香豆干X2-燒	魚香炒蛋 絞肉S雞蛋Q洋蔥Q-炒	什炒佛手 佛手瓜Q腐皮絲木耳Q-煮	有機蔬菜	薏仁排骨湯 薏仁排骨S	5.5	2.5	2	2.6	740
21	一	小米飯	蠔香雞翅 雞翅S-滷	焗汁白菜 大白菜Q鮮菇Q紅蘿蔔Q-煮	紅蔥干丁肉燥 碎干丁絞肉S-煮	產銷履歷	蘿蔔肉片湯 蘿蔔Q肉片S	5.6	2.5	2.1	2.5	745
22	二	糙米飯	南瓜咖哩豬 肉丁S南瓜Q-煮	沙茶福州丸 福州丸S筍T雞蛋Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	塔香海根 海帶根-煮	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米粒S紅蘿蔔Q雞蛋Q	5.8	2.5	2	2.7	765
24	四	香Q白飯	筍香燉肉 肉丁S筍T-燉	美式炒蛋 雞蛋Q洋蔥Q培根S-炒	芹香干片 干片芹菜Q木耳-炒	有機蔬菜	八寶粥 大豆紅豆綠豆薏仁桂圓雪蓮子Q圓	5.6	2.4	2	2.6	739
25	五	燕麥飯	酥炸魚排 魚排Q-炸	韓式拌雜菜 油菜Q豆管冬粉肉絲S紅蘿蔔Q-煮	瓜仔肉 絞肉S脆瓜T-煮	有機蔬菜	海結排骨湯 海帶結排骨S	5.7	2.5	2	2.8	763

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。

營養師 劉容均,鄭雅芸

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

(S) : CAS 台灣優良農產品標章 (Q) : 台灣農產生產追溯 (T) : 產地-台灣