

日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜	綠色蔬菜	湯品	附品	全蛋 個數(個)	全蛋 蛋白(%)	鮮魚(%)	蛋類(%)	糖類(%)
03	二	紅藜飯	金黃咖哩豬 <small>祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small>	◎花枝丸X2 <small>花枝丸-烤</small>	扁魚白菜 <small>扁魚+大白菜+時蔬-炒</small>	綠色蔬菜	蘿蔔湯 <small>白蘿蔔+時蔬-煮</small>		6.2	2.8	2.0	3.0	829
04	三	有機飯	嫩汁烤雞排X1 <small>雞排-烤</small>	日式燉肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-燉</small>	椒香四季 <small>四季豆+黑芝麻+時蔬-炒</small>	有機綠色蔬菜	紅豆紫米粥 <small>紅豆+黑糯米-煮</small>		6.5	3.5	2.0	2.9	898
05	四	燕麥飯	鹹水菇雞 <small>雞肉+時蔬-煮</small>	茄醬魚塊X2 <small>魚-燒</small>	清炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	有機綠色蔬菜	什錦肉絲湯 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>		6.6	3.0	1.9	2.8	861
06	五	特製義大利麵	黑椒豬排X1 <small>豬排-燒</small>	番茄肉醬 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	★脆皮薯條X3 <small>薯條-炸</small>	有機綠色蔬菜	玉米濃湯 <small>玉米+奶粉+時蔬-煮</small>		6.2	2.8	2.0	2.8	820
07	六	薏仁飯	洋釀年糕雞 <small>白芝麻+年糕+雞肉+時蔬-燒</small>	麻婆豆腐 <small>豆腐+祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	黑椒芽菜 <small>豆芽菜+時蔬-煮</small>	綠色蔬菜	菇菇湯 <small>油片+菇+時蔬-煮</small>		6.3	3.0	2.0	2.8	842
09	一	五穀飯	酢醬豬 <small>祥圓豬肉+豆干+時蔬-煮</small>	★鹹酥雞X4 <small>雞肉-炸</small>	奶香白菜 <small>大白菜+奶粉+時蔬-煮</small>	綠色蔬菜	花生麥片湯 <small>花生+麥片-煮</small>		6.5	3.0	2.0	3.0	865
10	二	招牌油飯	BBQ翅小腿X2 <small>翅小腿-烤</small>	◎海山醬關東煮 <small>貢丸+魚漿製品+時蔬-煮</small>	滷汁海結 <small>海結+時蔬-油</small>	綠色蔬菜	榨菜肉絲湯 <small>祥圓豬肉+榨菜+時蔬-煮</small>		6.3	3.0	2.0	2.8	842
11	三	有機飯	蒜泥白肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	客家小炒 <small>豆干+祥圓豬肉+魷魚乾+時蔬-炒</small>	時令鮮瓜 <small>瓜+時蔬-燴</small>	有機綠色蔬菜	麵線湯 <small>麵線+時蔬+柴魚片-煮</small>		6.4	2.8	2.0	2.8	834
12	四	麥片飯	◆蒜蓉鮮魚 <small>魚+時蔬-煮</small>	黑胡椒豬肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small>	鮮炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small>	有機綠色蔬菜	薑絲紫菜湯 <small>紫菜+薑-煮</small>	蔬菜豆漿	6.3	3.0	2.0	2.9	847
13	五	雜糧飯	壽喜燒雞 <small>雞肉+時蔬-煮</small>	紅燒大排X1 <small>豬排-燒</small>	腰果花椰 <small>花椰菜+腰果+時蔬-炒</small>	有機綠色蔬菜	酸辣湯 <small>豆腐+時蔬-煮</small>		6.4	3.0	2.0	2.8	849
16	一	沙茶炒麵	🌸日式石斑魚 <small>石斑魚+時蔬-煮</small>	蒜香雞 <small>雞肉+時蔬-燒</small>	椒鹽四季 <small>四季豆+時蔬-炒</small>	綠色蔬菜	綠豆薏仁湯 <small>綠豆+薏仁-煮</small>	水果	6.5	3.0	2.0	3.0	865
17	二	小米飯	檸檬雞排X1 <small>雞排-燒</small>	豬肉豆腐 <small>祥圓豬肉+豆腐+時蔬-煮</small>	堅果高麗 <small>高麗菜+腰果+時蔬-煮</small>	綠色蔬菜	巧達濃湯 <small>馬鈴薯+奶粉+時蔬-煮</small>		6.3	3.0	2.0	2.8	842
18	三	DIY排骨酥麵	★排骨酥X3 <small>豬肉-炸</small>	滷蛋豆干 <small>滷蛋+豆干-油</small>	時蔬花椰 <small>花椰菜+時蔬-炒</small>	有機綠色蔬菜	鮮蔬麵湯 <small>時蔬-煮</small>		6.4	2.8	2.0	2.8	834

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
 ※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※

菜類		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)	
烹調	烹調	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品	甜湯
次	次	次	次	次	次	魚肉類	其他	次	次
0	1	5	7	13	0	2	1	3	3