

★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	水果類	水餃類	熱飲
4	一	糙米飯	咖哩肉丁 肉丁(S) 馬鈴薯(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	鮮炒扁蒲 扁蒲(Q) 木耳(Q) 紅片(Q) 鱈魚丸(S) -炒	干片小炒 干片肉絲(S) -炒	產銷履歷 結頭菜雞丁湯 結頭菜(Q) 雞丁(S)	6	2.4	2.1	2.5			765
5	二	蔬食日 香Q白飯	燒嫩油腐 嫩油腐紅絲薑絲-燒	絲瓜肉末寬粉 絲瓜(Q) 絞肉(S) 寬冬粉-煮	紅蔘炒蛋 紅蘿蔔(Q) 雞蛋(Q) -炒	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	5.8	2.5	2.1	2.5	1		819
7	四	千島香鬆飯	豆瓣魚丁 魚丁(Q) 豆腐-煮	莎莎肉醬 洋蔥(Q) 蕃茄(Q) 絞肉(S) -煮	香拌海干絲 海帶絲干絲芹菜(Q) -炒	有機蔬菜 青木瓜湯 青木瓜(Q) 雞丁(S)	5.7	2.5	2	2.5			749
8	五	香Q白飯	韓式肉片 肉片(S) 大白菜(Q) -煮	菇炒小瓜 小黃瓜(Q) 鮮菇(Q) 紅蘿蔔(Q) -炒	雞米花 雞米花(S) -炸	有機蔬菜 薑絲海芽湯 海帶芽雞蛋(Q) 薑絲	5.7	2.5	2	2.8			763
11	一	香Q白飯	普羅旺斯燉肉 肉丁(S) 南瓜(Q) 洋蔥(Q) -燉	韭香銀芽 豆芽菜(Q) 韭菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	麻婆豆腐 豆腐絞肉(S) -煮	產銷履歷 玉米濃湯 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S)	5.7	2.4	2	2.5			742
12	二	茄汁螺旋麵	香滷雞翅 雞翅(S) -滷	鮮肉包 鮮肉包(S) -蒸	蒜味海根 海帶根蒜-炒	有機蔬菜 羅宋湯 高麗菜(Q) 芹菜(Q) 蕃茄(Q) 肉絲(S)	5.9	2.5	2	2.5	1		823
14	四	香Q白飯	雙醬豬排 豬排(S) -燒	蕃茄炒蛋 蕃茄(Q) 雞蛋(Q) -炒	紅仁炒高麗 高麗菜(Q) 紅蘿蔔(Q) -炒	有機蔬菜 香菇雞湯 蘿蔔(Q) 香菇(Q) 雞丁(S)	6	2.4	2.2	2.5			768
15	五	燕麥飯	三杯魚丁 魚丁(Q) 四分干-煮	薑燒冬瓜 冬瓜(Q) 絞肉(S) 金針菇(Q) 薑-煮	海陸雙併 雞塊(S) 魷魚丸(S) -炸	有機蔬菜 海結排骨湯 海帶結排骨(S)	5.8	2.5	2.3	2.7			773
18	一	香Q白飯	匈牙利燉肉 肉丁(S) 洋蔥(Q) 甜椒(Q) -燉	鮮菇白菜 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	古早味油腐 小三角油腐絞肉(S) -滷	產銷履歷 肉骨茶湯 豆薯(Q) 排骨(S)	5.8	2.5	2	2.5			756
19	二	五穀米飯	鐵路排骨 排骨(S) -滷	玉米炒蛋 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S) -炒	佛手炒肉絲 佛手瓜(Q) 肉絲(S) 木耳(Q) -炒	有機蔬菜 馬鈴薯雞丁湯 馬鈴薯(Q) 雞丁(S) 青蔥	5.9	2.5	2	2.5	1		823

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。★提供公糧米供餐，每週二提供水果。

營養師 劉容均

低年級菜單

5	二	蔬食日 香Q白飯	燒嫩油腐 嫩油腐紅絲薑絲-燒	絲瓜肉末寬粉 絲瓜(Q) 絞肉(S) 寬冬粉-煮	紅蔘炒蛋 紅蘿蔔(Q) 雞蛋(Q) -炒	有機蔬菜 綠豆薏仁湯 綠豆薏仁	4.1	2.2	2.1	2.5	1		677
12	二	茄汁螺旋麵	香滷雞翅 雞翅(S) -滷	鮮肉包 鮮肉包(S) -蒸	蒜味海根 海帶根蒜-炒	有機蔬菜 羅宋湯 高麗菜(Q) 芹菜(Q) 蕃茄(Q) 肉絲(S)	4.3	2.1	2	2.5	1		681
19	二	五穀米飯	鐵路排骨 排骨(S) -滷	玉米炒蛋 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S) -炒	佛手炒肉絲 佛手瓜(Q) 肉絲(S) 木耳(Q) -炒	有機蔬菜 馬鈴薯雞丁湯 馬鈴薯(Q) 雞丁(S) 青蔥	4.2	2.3	2	2.5	1		689

(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