



日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜		季節蔬菜	湯品	營養師	備註
22	一	香Q白飯	<b>金黃咖哩魚</b> 魚丁(Q) 南瓜(Q) -煮	油腐粉絲 油豆腐冬粉-煮	什炒扁蒲 扁蒲(Q) 魚卵捲(S) 木耳(Q) -炒	時蔬菇菇湯 高麗菜鮮菇肉絲(S)	5 7 2 5 2 2 5	748	
23	二	胚芽米飯	<b>五香雞腿</b> 雞腿(S) -滷	紅麴肉燥 豆薯丁(Q) 絞肉(S) -煮	白菜滷 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 木耳(Q) -煮	海芽蛋花湯 海帶芽雞蛋(Q)	5 5 2 5 2 2 5 1	755	
25	四	海苔肉鬆飯	<b>蒜味豬排</b> 豬排(S) -燒	玉米炒蛋 玉米粒(S) 雞蛋(Q) 三色豆(S) -炒	柴香白玉 蘿蔔(Q) 紅蘿蔔(Q) 肉片(S) 葫蘆捲-煮	味噌湯 豆腐	5 5 2 5 2 2 5	748	
26	五	燕麥飯	<b>義式燉雞</b> 雞丁(S) 洋蔥(Q) -燉	芽菜三絲 豆芽菜(Q) 韭菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	醬燒豆干 豆干肉絲(S) 紅蘿蔔(Q) -燒	馬鈴薯濃湯 馬鈴薯紅蘿蔔雞蛋(Q)	5 6 2 4 2 3 2 7	751	

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。 ★使用公糧米供餐，每週二提供水果。

營養師 劉容均

### 低年級菜單

23	二	胚芽米飯	<b>五香雞腿</b> 雞腿(S) -滷	紅麴肉燥 豆薯丁(Q) 絞肉(S) -煮	白菜滷 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 木耳(Q) -煮	海芽蛋花湯 海帶芽雞蛋(Q)	4 2 4 2 2 5 1	683	
----	---	------	-------------------------	-------------------------	------------------------------	-------------------	---------------	-----	--

★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

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜			季節蔬菜	湯品	營養師	備註
22	一	香Q白飯	油腐粉絲 油豆腐冬粉-煮	金黃咖哩 南瓜(Q) 紅蘿蔔(Q) -煮	什炒扁蒲 扁蒲(Q) 木耳(Q) -炒	紅燒茄子 茄子(Q) -燒	滷雙結 海帶結白干結紅蘿蔔(Q) -滷	5 6 2 2 2 2 5 6	767	
23	二	胚芽米飯	蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	腰果豆薯彩丁 豆薯丁(Q) 小黃瓜(Q) 紅蘿蔔(Q) 腰果-炒	白菜滷 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 木耳(Q) -煮	絲瓜豆皮 絲瓜(Q) 豆皮-煮	甜麵醬烤鴨片 烤鴨片九層塔-炒	5 6 2 4 2 2 2 5 1	828	
25	四	香Q白飯	脆皮豆腐 豆腐-炸	田園玉米 玉米粒(S) 三色豆(S) -炒	柴香白玉 蘿蔔(Q) 紅蘿蔔(Q) 葫蘆捲-煮	香椿麵輪 麵輪香菇(Q) -煮	芝麻芋薯 芋頭(Q) 地瓜(Q) 芝麻-燒	5 6 2 4 2 2 2 7	777	
26	五	燕麥飯	醬燒豆干 豆干紅蘿蔔(Q) -燒	芽菜三絲 豆芽菜(Q) 紅絲(Q) 木耳(Q) -炒	薑味冬瓜 冬瓜(Q) 皮絲紅蘿蔔(Q) 薑-煮	沙茶芥蘭 芥蘭菜(Q) 薑素肉絲-炒	客家燻筍 筍(T) 福菜(T) -煮	5 5 2 2 2 5 2 5	732	

★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。 ★使用公糧米供餐，每週二提供水果。

營養師 劉容均

### 低年級素食菜單

23	二	胚芽米飯	蜜燒黑干 黑豆干芝麻-燒	腰果豆薯彩丁 豆薯丁(Q) 小黃瓜(Q) 紅蘿蔔(Q) 腰果-炒	白菜滷 大白菜(Q) 鮮菇(Q) 木耳(Q) -煮	絲瓜豆皮 絲瓜(Q) 豆皮-煮	甜麵醬烤鴨片 烤鴨片九層塔-炒	4 2 2 2 2 2 4 1	628	
----	---	------	-----------------	-------------------------------------	------------------------------	--------------------	--------------------	-----------------	-----	--

(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