

票選

4月1日 星期一

主食	玉米飯	有機白米	60	g
		玉米粒	20	g
主菜	蠟油肉片	肉片	75	g
		洋蔥片	35	g
		青蔥段	10	g
副菜	番茄炒蛋	CAS蛋液	45	g
		番茄小丁	30	g
		毛豆仁	5	g
		玉米粒	10	g
青菜	有機高麗菜	有機高麗菜切	72	g
		絞蒜		
		紅蘿蔔絲	3	g
湯品	錦菇豆腐湯	豆腐小丁	20	g
		金針菇	5	g
		香菇絲	5	g
		髮菜		

4月2日 星期二

主食	拉麵	熟拉麵	110	g	
主菜	日式炸豬排*1	CAS大阪大排	1	p	
副菜	筍乾滷蛋*1	白煮蛋	1	p	
		筍乾	30	g	
青菜	有機油江菜	有機油江菜切	72	g	
		絞蒜			
湯品	味噌醬油湯	玉米粒	30	g	
		乾海帶芽	1	g	
		肉絲5g	炸豆包切絲	5	g
		柴魚片	高麗菜	30	g
		綠豆芽	10	g	

4月3日 星期三

主食	胚芽飯	白米	65	g
		胚芽米	15	g
主菜	海苔魚丁	水鯊丁	90	g
		洋芋中丁	35	g
		海苔粉		
副菜	白菜滷	大白菜切	72	g
		木耳絲	5	g
		豆捲	3	g
		紅蘿蔔絲	5	g
		乾香菇絲		
青菜	菠菜	TAP菠菜切	72	g
		絞蒜		
湯品	大黃瓜排骨湯	大黃瓜小丁	25	g
		排骨丁	10	g

4月4日 星期四

主食	清明/兒童節放假			
主菜				
副菜				
青菜				
湯品				

4月5日 星期五

主食	清明連假			
主菜				
副菜				
青菜				
湯品				

4月8日 星期一				4月9日 星期二				4月10日 星期三				4月11日 星期四				4月12日 星期五			
主食	地瓜飯	白米	60	g	主食	麥片飯	有機白米	65	g	主食	薏仁飯	白米	65	g	主食	糙米飯	白米	65	g
		TAP地瓜小丁	20	g		麥片		15	g		小薏仁		15	g		糙米		15	g
主菜	滷蛋*1干丁	白煮蛋	1	p	主菜	筍香燉肉	肉角	35	g	主菜	三杯雞丁	雞胸肉	75	g	主菜	蔥燒魚片	烏魚片	1	P
		洋蔥小丁	15	g		排骨丁		40	g		豬血糕切		25	g		洋蔥絲		15	g
		豆干小丁	15	g		筍乾		25	g		杏鮑菇		15	g		蔥段		5	g
						梅干菜		3	g		九層塔					紅椒絲		5	g
						蒜					薑片					黃椒絲		5	g
						薑					蒜頭								
副菜	麻油凍豆腐	杏鮑菇滾刀	20	g	副菜	有機黑木耳炒花椰	有機黑木耳切	40	g	副菜	芹香豆包	豆包切	40	g	副菜	日式蒸蛋	CAS蛋液	45	g
		凍豆腐切	25	g		肉絲		10	g		中芹切		20	g		香菇片		3	g
		毛豆仁	5	g		紅蘿蔔絲		5	g		生香菇片		5	g		柴魚片			
		高麗菜	30	g		冷凍青花菜		30	g		紅蘿蔔片		10	g		乾海帶芽			
		薑片				蒜								絞肉		3	g		
		麻油												玉米粒		3	g		
		枸杞																	
青菜	有機小松菜	有機小松菜切	72	g	青菜	有機小白菜	有機小白菜切	72	g	青菜	地瓜葉	地瓜葉	72	g	青菜	有機高麗菜	有機高麗菜切	72	g
		絞蒜				絞蒜					絞蒜					絞蒜			
湯品	薏仁冬瓜湯	小薏仁	5	g	湯品	黃瓜大骨湯	大黃瓜中丁	30	g	湯品	銀蘿玉米湯	白蘿蔔小丁	20	g	湯品	芋頭西米露	西谷米	5	g
		冬瓜中丁	25	g		大骨切					玉米粒		10	g		芋頭小丁		20	g
															椰奶		5	g	
															奶粉				
主食					主菜					主食				主菜					
主菜					副菜					主食				副菜					
副菜					青菜					青菜				青菜					
青菜					湯品					湯品				湯品					
湯品					主食					主食				主菜					

4月15日 星期一		4月16日 星期二		4月17日 星期三		4月18日 星期四		4月19日 星期五	
主食	胚芽飯	白米	65	g	主食	小米飯	有機白米	65	g
	胚芽米	15	g			小米	15	g	
主菜	椰汁南瓜雞	雞胸肉	75	g	主菜	芝麻照燒魚丁	水鯊丁	90	g
	南瓜大丁	30	g			洋蔥片	10	g	
	椰漿粉					洋菇罐頭	5	g	
	冷凍四季豆	10	g			熟白芝麻			
						杏鮑菇中丁	15	g	
副菜	脆炒青木瓜	青木瓜絲	60	g	副菜	培根炒高麗菜	CAS高麗菜切	65	g
	紅蘿蔔絲	5	g			碎培根	8	g	
	木耳絲	10	g			木耳絲	3	g	
	熟花生	3	g			秀珍菇	3	g	
	薑絲								
	絞肉	5	g						
青菜	有機黑葉白菜	有機黑葉白菜切	72	g	青菜	有機味美菜	有機味美菜切	72	g
	絞蒜					絞蒜			
湯品	洋芋濃湯	洋芋小丁	15	g	湯品	紅豆紫米湯	紅豆	15	g
	洋蔥小丁	10	g			紫米	15	g	
	冷凍玉米粒	10	g						
	奶粉								

4月22日 星期一		4月23日 星期二		4月24日 星期三		4月25日 星期四		4月26日 星期五	
主食	肉燥米粉	濕米粉	100	g	主食	薏仁飯	有機白米	65	g
		豆干小丁	30	g			小薏仁	15	g
		洋蔥小丁	15	g					
		絞肉	10	g					
		蔥珠							
		紅蔥頭							
		乾香菇絲							
主菜	蔥油雞	雞胸肉	75	g	主菜	蒙古炒肉	肉片	75	g
		玉米筍	5	g			豆芽菜	25	g
		小黃瓜片	20	g			洋蔥	10	g
		木耳片	10	g			紅蘿蔔絲	10	g
		青蔥					(烤肉醬)		
		薑					蒜頭		
							韭菜段		
副菜	烤地瓜*1	TAP地瓜	1	p	副菜	南瓜蒸蛋	CAS蛋液	45	g
							南瓜小丁	15	g
							香菇片	5	g
							海芽		
青菜	有機高麗菜	有機高麗菜切	72	g	青菜	有機小松菜	有機小松菜切	72	g
		絞蒜					絞蒜		
湯品	扁蒲魚丸湯	扁蒲小丁	20	g	湯品	白菜番茄湯	大白菜絲	20	g
		魚丸	15	g			番茄中丁	15	g

