



日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	奶類	豆漿	全穀 雜糧類 (份)	豆魚 蛋白類 (份)	蔬菜 類 (份)	奶類 (份)	油脂類 (份)	水果 類 (份)	熱量 仟卡
1	二	兒童節特餐：火腿蛋炒飯+滷雞腿X1+地瓜薯條X3+有機油江菜+*珍珠鮮奶茶							果汁	5.0	3.0	1.2	0.0	2.3	0.0	708.5
2	三	海苔香鬆飯	滷蛋X1干丁	泡菜年糕凍腐 (凍豆腐、年糕、泡菜、洋蔥)	地瓜葉	羅宋湯 (番茄、玉米、洋蔥)	水果			4.5	2.0	1.3	0.0	2.4	1.0	665.5
3	四	清明連假，不供餐												0.0	0.0	0.0
4	五	清明連假，不供餐												0.0	0.0	0.0
7	一	胚芽飯	匈牙利豬肉 (豬肉、洋芋、洋蔥、甜椒)	*飄香滷味 (白蘿蔔、豆干、*魚丸、海帶)	有機小松菜	綠豆燕麥湯 (綠豆、QQ圓、燕麥)		鮮奶		5.0	2.5	1.3	0.8	2.3	0.0	793.5
8	二	糙米飯	咖哩雞 (雞肉、洋芋、紅蘿蔔、洋蔥、蘋果)	番茄炒蛋 (雞蛋、番茄、洋蔥、杏鮑菇、毛豆仁)	有機小白菜	*玉米濃湯 (玉米、洋芋、洋蔥、*奶粉)	水果		堅果	4.5	2.7	1.3	0.0	2.4	1.0	718
9	三	鮮蔬炒飯條 (飯條、高麗菜、豬肉、紅蘿蔔、洋蔥、香菇)	古早味滷豬排X1	小芋泥包X1	福山萐蕎	味噌蛋花湯 (豆腐、雞蛋、海帶芽)	水果			4.0	2.4	1.2	0.0	2.3	1.0	653.5
10	四	紫米飯	*海苔魚丁 (*魚肉、洋芋)	*奶香南瓜豆腐 (南瓜、豆腐、雞肉、毛豆、*奶粉)	有機高麗菜	黃瓜大骨湯 (黃瓜、大骨)		豆漿	4.7	3.4	1.0	0.0	2.4	0.0	717	
11	五	小米飯	蔥爆豬柳 (豬肉、洋蔥、紅蘿蔔、蔥)	*芋頭燴白菜 (大白菜、芋頭、木耳、豆皮、*蝦皮)	油菜	*柴魚蘿蔴湯 (白蘿蔔、*柴魚片)		鮮奶		4.2	2.5	1.8	0.8	2.3	0.0	750
14	一	五穀飯	糖醋雞丁 (雞肉、地瓜、洋蔥、甜椒)	培根菇香高麗 (高麗菜、培根、香菇、豆皮)	有機黑葉白菜	裙帶海芽湯 (玉米、海帶芽)	水果			4.5	2.3	1.5	0.0	2.3	1.0	688.5
15	二	南瓜飯	*蘑菇醬魚排X1	泡菜粉絲 (大白菜、泡菜、豬肉、冬粉、紅蘿蔔)	有機青松菜	番茄蛋花湯 (番茄、洋蔥、雞蛋)		鮮奶		4.5	2.4	1.5	0.8	2.4	0.0	760.5
16	三	燕麥飯	栗子燒雞 (雞肉、豆薯、栗子、洋蔥)	麵筋絲瓜 (絲瓜、秀珍菇、紅蘿蔔、麵筋)	地瓜葉	酸辣湯 (筍、豆腐、金針菇、木耳)	水果			4.3	2.1	1.8	0.0	2.4	1.0	671.5
17	四	玉米飯	醃翻滷肉 (豬肉、白蘿蔔、杏鮑菇、紅蘿蔔)	*腰果玉米蒸蛋 (雞蛋、玉米、香菇、海帶芽、*柴魚片、*腰果)	有機荷葉白菜	*芋頭西谷米 (芋頭、西谷米、*椰漿粉)	水果			5.0	2.8	1.2	0.0	2.2	1.0	749
18	五	茄汁義大利麵 (義大利麵、玉米、番茄、豬肉、洋蔥、洋菇、紅蘿蔔)	*蜜汁烤雞排X1	小紅豆包X1	花椰菜	*洋芋濃湯 (洋芋、玉米、洋蔥、*奶粉)		穀奶	5.0	2.3	1.2	0.0	2.2	0.0	651.5	
21	一	*小米芝麻飯	泰式打拋豬 (豬肉、筍、番茄、玉米、九層塔)	洋蔥紅絲炒蛋 (雞蛋、洋蔥、紅蘿蔔)	有機高麗菜	*結頭魚丸湯 (結頭菜、*魚丸、*柴魚片)	水果		堅果	4.1	3.1	1.5	0.0	2.1	1.0	711.5
22	二	紫米飯	*韓式醬雞丁 (雞肉、馬鈴薯、洋蔥、*白芝麻)	蛋酥燴白菜 (大白菜、紅蘿蔔、雞蛋、香菇)	有機蘿蔓萐蕎	*味噌海芽湯 (豆腐、海帶芽、*柴魚片)	水果			4.3	2.4	1.6	0.0	2.3	1.0	684.5
23	三	地瓜飯	義式香料燉豬 (豬肉、豆薯、番茄、紅蘿蔔)	*沙茶炒豆干 (豆干、豬肉、紅蘿蔔、*沙茶醬)	青江菜	筍片豬骨湯 (筍)	水果			4.3	3.4	1.3	0.0	2.1	1.0	743
24	四	咖哩野菇炊飯 (白米、玉米、豬肉、洋蔥、香菇、洋菇、毛豆仁)	炸雞翅X1	鐵板豆芽 (豆芽、洋蔥、豬肉、木耳)	有機小白菜	冬瓜枸杞湯 (冬瓜、枸杞)		鮮奶		3.5	2.6	1.9	0.8	2.3	0.0	711
25	五	燕麥飯	*沙嗲凍腐魚 (魚肉、凍豆腐、*花生粉)	麻油大黃瓜 (大黃瓜、木耳、秀珍菇)	蚵白菜	黑糖地瓜湯 (地瓜、黑糖)	水果			4.5	3.0	1.5	0.0	2.1	1.0	732
28	一	胚芽飯	*花生筍香豬腳 (豬肉、豬腳、筍乾、*花生)	香菇蒸蛋 (雞蛋、南瓜、香菇)	有機高麗菜	*柴魚黃瓜湯 (大黃瓜、*柴魚)	水果			4.0	3.2	1.4	0.0	2.3	1.0	718.5
29	二	海苔香鬆飯	*椰汁南瓜雞 (雞肉、南瓜、洋蔥、杏鮑菇、*椰漿粉)	*柴香關東煮 (白蘿蔔、油豆腐、*魚丸、*柴魚片)	有機油江菜	肉骨茶湯 (大白菜、豆皮)	水果			4.5	2.8	1.5	0.0	2.1	1.0	717
30	三	五穀飯	*三杯虱目魚柳 (*魚肉、洋芋、洋蔥)	小黃瓜素雞 (小黃瓜、素雞、紅蘿蔔)	福山萐蕎	海芽玉米湯 (玉米、雞蛋、海帶芽)	水果			4.5	3.5	1.3	0.0	2.1	1.0	764.5
		蛋類	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品			副菜加工食品						
		1	4	7	8	20	0	0		0	3	0	3	4		

※本群組肉品(雞肉、豬肉)皆使用CAS(臺灣)肉品

※標示\*的菜色含有堅果類花生芝麻及其製品、甲殼類魚類及其製品、牛奶及其製品等過敏原