

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀	豆魚	蔬菜	油脂	熱量
6/2	四	端午節油飯	豆包滷蛋 滷：豆包、白蛋S	布丁玉米餅 炸：玉米餅S	開陽白菜 燒：白菜Q、紅蘿蔔Q、蝦米	有機蔬菜	羅宋湯 高麗菜Q、番茄Q		5.3	2.3	2.1	691
6/3-6/5端午節連假三日												
6/6	一	白飯	味噌燉肉 燒：白蘿蔔Q、肉丁S	豆瓣香干片 炒：豆干片、高麗菜Q	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜Q、紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜、蛋Q		5.4	2.3	2.3	707
6/7	二	糙米飯	椰漿咖哩雞 燒：馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q、雞丁S	茄汁天婦羅 燒：甜不辣T、西芹Q	竹筍三絲 炒：筍Q、木耳Q、肉絲S	有機蔬菜	小魚味噌湯 豆腐、味噌、小魚干		5.3	2.3	2.1	691
6/9	四	白飯	虱目魚塊X3 炸：虱目魚塊S	甜蔥紅絲烘蛋 炒：紅蘿蔔Q、洋蔥Q、蛋Q	三杯菜豆 燒：菜豆Q、肉絲S、九層塔	有機蔬菜	綠豆小薏仁 綠豆、小薏仁		5.3	2.3	2.1	691
6/10	五	麥片飯	葡式香料雞排 燒：雞排S	麻婆豆腐 燒：豆腐、絞肉S	蛋酥高麗 炒：高麗菜Q、木耳Q、蛋Q	有機蔬菜	鮮筍雞湯 筍Q、雞丁S		5.4	2.3	2.2	700
6/13	一	白飯	壽喜燒肉柳 燒：豬肉柳S、洋蔥Q	家常燒油腐 燒：油豆腐、木耳Q	絲瓜滑蛋 燒：絲瓜Q、紅蘿蔔Q、金耳菇Q、蛋Q	履歷蔬菜	蘿蔔貢丸湯 白蘿蔔Q、貢丸S		5.5	2.8	2.2	702
6/14	二	什錦炒麵	義式白醬魚 燒：水蒸丁S、馬鈴薯Q	冬瓜燒肉末 燒：冬瓜Q、絞肉S	福州丸子燒 燒：福州丸S	有機蔬菜	地瓜芋圓 地瓜Q、芋圓		5.3	2.3	2.3	700
6/16	四	地瓜飯	糖醋咕咾肉 燒：豬肉丁S、洋蔥Q、彩椒Q	甜醬關東煮 燒：紅白蘿蔔Q、玉米Q、海帶結	敏豆肉絲 炒：敏豆T、肉絲S	有機蔬菜	味噌海芽湯 味噌、海帶芽	豆奶	5.3	2.2	2.3	690
6/17	五	白飯	三杯雞 燒：雞丁S、九層塔	蜜汁芝麻黑干 燒：黑豆干、白芝麻	蒲瓜肉片 燒：蒲瓜Q、紅蘿蔔Q、肉片S	有機蔬菜	沙茶鮮肉羹 白菜Q、木耳Q、豬肉絲S		5.3	2.4	2.3	707
6/20	一	小米飯	海南雞丁 燒：小瓜Q、雞丁S	砂鍋獅子頭 燒：高麗菜Q、獅子頭S	醬爆干絲 炒：海帶絲、干絲、肉絲S	履歷蔬菜	紅麵線湯 紅麵線、木耳Q、豬肉絲S		5.3	2.3	2.2	693
6/21	二	白飯	筍干燉肉 燒：筍干、豬肉丁S	番茄炒蛋 炒：番茄Q、蛋Q	鮮菇燒大瓜 燒：大瓜Q、香菇Q	有機蔬菜	奶香巧達湯 馬鈴薯Q、玉米Q、洋蔥Q		5.4	2.5	2.2	717
6/23	四	蕎麥飯	海苔炸魚丁 炸：水蒸丁S、海苔粉	客家小炒 炒：豆干片、芹菜Q、肉絲S	一品佛跳牆 燒：白菜Q、木耳Q、鳥蛋Q	有機蔬菜	麥片QQ 麥片、QQ圓		5.4	2.3	2.4	709
6/24	五	白飯	義式茄汁雞 燒：雞丁S、番茄Q、洋蔥Q	白醬洋芋 燒：馬鈴薯Q、紅蘿蔔Q、毛豆S	蒜香花椰 炒：花椰菜S、蒜頭	有機蔬菜	薏米肉片湯 冬瓜Q、小薏仁、豬肉片S		5.4	2.4	2.3	714
6/27	一	紫米飯	宮保雞丁 燒：雞丁S、洋蔥Q、花生	玉米炒蛋 炒：玉米粒Q、紅蘿蔔Q、蛋Q	鐵板銀芽 炒：豆芽菜Q、韭菜Q	履歷蔬菜	御膳雞湯 冬瓜Q、雞丁S、當歸、枸杞		5.4	2.8	2.2	740
6/28	二	白飯	鍋燒鮮魚 燒：水蒸魚丁S、豆薯Q	干丁肉燥 燒：豆干丁、絞肉S	香蒜炒敏豆 炒：敏豆T、紅蘿蔔Q、蒜頭	有機蔬菜	芋香西米露 芋頭Q、西谷米	黑豆奶	5.3	2.3	2.1	688
6/30	四	醬油蛋炒飯	古早味大排 燒：豬排S	高麗粉絲煲 炒：高麗菜Q、紅蘿蔔Q、冬粉	塔香海茸 燒：海茸、豬肉絲S、九層塔	有機蔬菜	黑輪大根湯 白蘿蔔Q、黑輪丁S		5.3	2.3	2.2	695

食材一律使用國產豬肉及非基改食材

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code

營養師：沈凱瑄、葉享好、張韻瑩 6/16(四)供應豆奶、6/28(二)公糧回饋黑豆奶