

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜			湯品	全糖 綠糖 (份)	五香 豬肉 (份)	鹹蛋 (份)	海帶 蝦米 (份)	熱量 (卡)
2/23	一	糙米飯	蒜香魚丁 Q魚肉, 非基改豆腐(煮)	回鍋肉片 CAS豬肉, Q高麗菜, Q紅蘿蔔, Q非基改玉米(炒)	蔬菜粉絲煲 冬粉, Q時蔬(炒)	有機 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜, Q蛋, Q紅蘿蔔(煮)	5.3	2.5	2.3	2.4	713
2/24	二	海苔香 鬆飯	日式豬排 CAS豬肉(炸)	打拋絞肉 CAS豬肉, Q蕃茄, Q洋蔥, 九層塔, Q非基改玉米(炒)	翠炒高麗 Q高麗菜, Q紅蘿蔔, Q木耳(炒)	有機 蔬菜	味噌豆腐湯 非基改豆腐, 味噌, 柴魚片(煮)	5.3	2.4	2.4	2.4	708
2/25	三	香Q 白飯	椒鹽翅小腿*2 CAS雞翅, 小腿(烤)	洋蔥炒蛋 Q蛋, Q洋蔥(炒)	脆炒銀芽 Q豆芽菜, Q紅蘿蔔, Q木耳(炒)	季節 蔬菜	結頭菜肉片湯 Q結頭菜, Q紅蘿蔔, CAS豬肉(煮)	5.4	2.6	2	2.5	725
2/26	四	小米飯	招牌黃燜雞 CAS雞肉, Q馬鈴薯, Q紅蘿蔔(煮)	滷味雙拼 非基改大溪豆干, CAS米血糕(滷)	蒜炒花椰 CAS花椰菜, Q紅蘿蔔, 蒜(炒)	有機 蔬菜	西谷米撞奶 西谷米, 奶粉(煮)	5.4	2.5	2.4	2.5	727

熱量計算方式：食物份數×每份熱量；每份熱量：全穀雜糧類68卡、豆魚蛋肉類75卡、蔬菜類25卡、油脂與堅果種子類45卡 *注意：甲殼類、芒果、花生、奶類、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及其製品為食物過敏原，不適合對其過敏體質者食用	
※3/24(二)新制三章一Q供應履歷豆奶	*皆使用<u>非基因改造</u>食材
*本廠一律使國產豬肉、雞肉(含再製加工品)	營養師：黃玉慧 營養字第007022號