

日期	星期	主食	主菜	美味副菜		蔬菜	湯品	附餐	營養成分	營養成分	營養成分	營養成分
4/1	三	茄汁肉醬麵	義式香草雞排 燒:雞排S	芋泥包 蒸:芋泥包S	奶油花椰菜 炒:花椰菜Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	地瓜芋圓湯 地瓜T,芋圓		522.7	22.5	27.3	26.6
4/2	四	4/2(四)親職教育日補假一天										
4/3	五	兒童節/清明節連假，本日不供餐										
4/6	一	兒童節/清明節連假，本日不供餐										
4/7	二	麥片飯	芝麻蜜汁豬 燒:肉片S,洋蔥Q,芝麻	豬肉冬粉 炒:冬粉,絞肉S,高麗菜Q,青蔥	開陽蒲瓜 燒:蒲瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,蝦米	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆T		522.6	22.4	27.3	27.5
4/8	三	雞肉飯	炸雞翅 炸:雞翅S	貢丸+滷豆干 油:貢丸S,豆干	古早味筍干 燒:筍干,朴菜	履歷蔬菜	紫菜豆腐湯 紫菜,豆腐		522.5	22.3	27.6	26.5
4/9	四	玉米飯	三杯油丁 炒:小油丁,九層塔	香菇蒸蛋 蒸:蛋Q,香菇Q	炒高麗菜 煮:高麗菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐,筍,木耳Q,紅蘿蔔Q,肉絲S,蛋Q		522.5	22.3	27.7	27.2
4/10	五	白飯	宮保雞丁 炒:雞丁T,洋蔥Q,小瓜Q,油花生	咖哩洋芋 煮:洋芋Q,紅蘿蔔Q,毛豆Q	肉絲敏豆 炒:敏豆Q,肉絲S	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄Q,蛋Q		522.6	22.4	27.5	27.0
4/13	一	紅藜飯	糖醋排骨 燒:肉丁S,排骨S,洋蔥Q,彩椒Q	腰果黑豆干 油:黑豆干,腰果	清炒大瓜 燒:大瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	履歷蔬菜	柴魚豆腐湯 豆腐,柴魚		522.6	22.2	27.2	27.1
4/14	二	白飯	砂鍋豆腐魚 煮:魚頭刀魚丁Q,凍豆腐,高麗菜Q,木耳Q	豬肉部隊鍋 炒:韓式泡菜,黃豆芽Q,麵條,肉片S	菇菇脆筍 炒:筍,紅蘿蔔Q,菇	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米Q,紅蘿蔔Q,洋芋Q,蛋Q,奶粉		522.6	22.4	27.5	27.0
4/15	三	肉燥乾麵	滷雞腿 油:雞腿S	椒鹽炸雙拚 炸:地瓜Q,百頁豆腐	白菜滷 燒:白菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,豆皮	季節蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓,小薏仁,冬瓜糖		522.5	22.2	27.3	26.6
4/16	四	白飯	客家滷豬腳 油:肉丁S,豬蹄S,筍干	洋蔥歐姆蛋 炒:洋蔥Q,玉米Q,紅蘿蔔Q,蛋Q,毛豆Q	甜醬關東煮 煮:白蘿蔔Q,黑輪Q,油豆腐,海帶結,味噌	有機蔬菜	蒲瓜雞湯 蒲瓜Q,雞丁T		522.4	22.1	27.3	27.2
4/17	五	小米飯	椒麻炸雞 炸:淋醬:雞丁T,洋蔥Q	番茄打拋豬 炒:番茄Q,洋蔥Q,絞肉S,九層塔	蒜炒豆芽菜 炒:豆芽菜Q,紅蘿蔔Q,芹Q	有機蔬菜	金針花湯 乾金針,金針菇Q,肉絲S		522.5	22.4	27.8	27.2
4/20	一	白飯	香料咖哩雞 煮:雞丁T,地瓜T,紅蘿蔔Q	醬炒豆干豬 炒:豆干片,洋蔥Q,肉絲S,青蔥	古早味白菜 燒:大白菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,菇	履歷蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜,肉片S		522.4	22.5	27.2	27.8
4/21	二	胚芽飯	黑胡椒肉排 油:豬排S	番茄炒蛋 炒:番茄Q,蛋Q	炒甜不辣 炒:小黃瓜Q,紅蘿蔔Q,甜不辣Q	有機蔬菜	蒜味三絲湯 金針菇Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,肉絲S		522.6	22.4	27.7	27.0
4/22	三	香鬆飯	鹹酥雞 炸:雞肉T	蠔油海鮮捲x1 燒:海鮮捲S,洋蔥Q	菜脯季豆 炒:敏豆Q,紅蘿蔔Q,菜脯	季節蔬菜	蘿蔔豆腐湯 白蘿蔔Q,豆腐,味噌		522.6	22.5	27.9	27.3
4/23	四	麥片飯	茄汁燒魚 煮:旗魚丁Q,馬鈴薯Q,洋蔥Q,紅蘿蔔Q	奶油蘑菇雞 煮:杏鮑菇Q,雞肉T,彩椒Q,奶粉	雙色花椰 炒:花椰菜Q	有機蔬菜	綠豆粉圓 綠豆,粉圓		522.5	22.3	27.6	27.4
4/24	五	白飯	蘿蔔紅燒肉 油:肉丁S,白蘿蔔Q,紅蘿蔔Q	炸雞塊x2 炸:雞塊S	冬瓜土豆麵筋 煮:冬瓜Q,麵筋,水煮花生	有機蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽,蛋Q,薑		522.4	22.3	27.7	27.5
4/27	一	紅藜飯	紅燒翅小腿X2 燒:翅腿S	麻婆豆腐 燒:豆腐,絞肉S,青蔥	蒜香蒲瓜 炒:蒲瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q	履歷蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜,筍絲,粉絲,肉絲S		522.4	22.1	27.7	27.2
4/28	二	白飯	沙茶米血魚 炒:魚丁Q,米血S,洋蔥Q	蒜蓉冬粉 炒:冬粉,絞肉S,芹Q,紅蘿蔔Q	鹽水時蔬 炒:高麗菜Q,小瓜Q,木耳Q	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐,味噌,柴魚	豆奶	522.6	22.3	27.6	27.4
4/29	三	肉絲炒麵	蔥油雞排 燒:雞排S,青蔥	黃金地瓜薯 炸:地瓜Q	豆干小炒 炒:豆干,芹Q,紅蘿蔔Q,肉絲S	季節蔬菜	紅豆地瓜圓 紅豆T,地瓜圓		522.4	22.5	27.4	27.4
4/30	四	白飯	義式燒肉 煮:肉丁S,番茄Q,洋芋Q,洋蔥Q	紅絲炒蛋 炒:紅蘿蔔Q,蛋Q	柴魚蘿蔔煮 煮:白蘿蔔Q,海帶結,柴魚	有機蔬菜	大瓜雞湯 大瓜Q,雞丁T		522.5	22.4	27.3	27.5

★食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材 *菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」，不適合其過敏體質者食用，請留意。

☆ 回饋豆奶:4/28(二)

營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩