



日期	星期	主食	主菜	副菜		蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	熱量
11	一	香Q白飯	特濃椰香咖哩豬 燒:馬鈴薯(Q).豬肉(S)	肉醬燒干丁 燒:豬肉(S).豆干	鮮炒高麗 炒:高麗菜(Q).紅蘿蔔(Q)	吉園圃蔬菜	醋溜酸辣湯 筍.蛋.木耳	4.8	2.7	2.6	2.6	721
12	二	番茄肉醬麵	蒜香燒棒棒腿 燒:雞腿	茶香滷蛋 滷:蛋(Q)	翡翠白玉 煮:青豆.白蘿蔔(Q)	有機蔬菜	綠豆小薏仁 綠豆.小薏仁	4.9	2.7	2.5	2.6	725
14	四	香Q白飯	醬燒魚丁 煮:西芹.魚丁(S)	雞塊*3 炸:雞塊	美式沙沙肉醬 煮:馬鈴薯(Q).紅蘿蔔(Q).絞肉(S)	有機蔬菜	鮮蔬肉片湯 白菜.豬肉	4.9	2.7	2.6	2.5	723
15	五	燕麥粒飯	無錫排骨 燒:軟骨排(S)	鮮蔬寬冬粉 炒:芹(Q).紅蘿蔔(Q).寬冬粉	黑胡椒油豆腐 燒:油豆腐.海帶	有機蔬菜	筍片雞丁湯 筍.雞肉	4.9	2.7	2.6	2.5	723
18	一	端午節										
19	二	香Q白飯	腩肉燒筍丁 燒:豬腩肉(S).筍(Q)	滷味燙 滷:百頁.青花(S).素肚.海帶	空心菜炒鮑菇 炒:空心菜.鮑魚菇	有機蔬菜	鮮肉骨茶湯 蘿蔔.排骨.肉骨茶包	5.2	2.6	2.4	2.4	727
21	四	香Q白飯	泰式椒麻雞丁 燒:雞肉(S).蒜	雲吞白菜 煮:雲吞.白菜(Q)	洋蔥肉柳 煮:洋蔥(Q).豬肉(S)	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆	4.9	2.7	2.6	2.6	728
22	五	十穀米飯	黃金魚排 炸:魚排	香菇肉燥 燒:香菇.豬肉(S)	鮑菇高麗 炒:高麗菜(Q).鮑魚菇(Q)	有機蔬菜	三絲鮮菇湯 筍.金耳.木耳	4.8	2.7	2.6	2.6	721
25	一	香Q白飯	醬爆雞丁 燒:雞肉(S).蔥	泡菜豬肉鍋 煮:泡菜.豬肉(S)	干片小炒 炒:豆干.肉絲(S).紅蘿蔔(Q)	吉園圃蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽.蛋	5.2	2.6	2.4	2.4	727
26	二	三色蛋炒飯	深海花枝排 炸:花枝排	桂冠豆沙包 蒸:豆沙包	蛋末香筍 炒:蛋(Q).筍(Q)	有機蔬菜	檸檬愛玉 檸檬.愛玉	4.9	2.7	2.6	2.6	728
28	四	紫米飯	巴比Q燒肉片 燒:豬肉(S).洋蔥(Q)	玉米洋蔥蛋 炒:玉米(S).洋蔥(Q).蛋(Q)	彩蔬長豆干片 炒:彩椒(Q).敏豆.海帶.豆干	有機蔬菜	鮮筍排骨湯 筍.排骨	4.8	2.7	2.5	2.6	718
29	五	香Q白飯	三杯雞丁 炒:雞丁(S)	泰式打拋豬 煮:豬肉(S).番茄(Q).洋蔥(Q)	菇香蒲瓜 炒:蒲瓜(Q).香菇(Q)	有機蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜.肉片	4.8	2.8	2.7	2.5	726

菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code **日期底色為黃色代表當天要申請四章一Q** **菜單中豆製品及玉米皆用非基改食材,敬請安心食用**
營養師:暨湘云(009693字號),蘇揚鈞(005793字號)

