

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全蛋	豆類	蔬菜	油脂	熱量
3 / 21	一	小米飯	黑胡椒魚丁 燒：魚丁S.洋蔥Q	蔬菜寬粉 炒：芹菜Q.木耳Q.寬冬粉	玉米肉末 炒：玉米Q.絞肉S.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜 酸菜肉片湯 酸菜.豬肉片S		5	2	1	2	70
3 / 22	二	五目炊飯 白米.洋蔥.香菇.紅蘿蔔.毛豆	糖醋排骨 燒：洋蔥Q.排骨S	香蔥菜脯蛋 炒：青蔥.碎菜脯.蛋Q	蒲瓜燒貢丸 燒：蒲瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.貢丸S	有機蔬菜 味噌海芽湯 味噌.海帶芽.豆腐		5	2	2	7	0
3 / 24	四	蕎麥飯 蔬食日	腰果杏菇肉燥 燒：腰果.杏鮑菇Q.絞肉S	麻婆豆腐 燒：豆腐.絞肉S.毛豆S	竹筍三絲 炒：竹筍Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	有機蔬菜 紅豆包心圓 紅豆.包心圓		5	2	2	7	0
3 / 25	五	白飯	鐵板豬排 燒：豬排S	茄汁雞米花 炸：雞米花S	開陽高麗 炒：蝦米.高麗菜Q	有機蔬菜 蔬菜肉片湯 番茄.西芹.豬肉片S		5	2	2	1	5
3 / 26	六	海苔飯 運動會	甜醬雞排 燒：雞排S	香菇肉燥 燒：豆薯Q.絞肉S.香菇Q	黃芽炒肉絲 炒：黃豆芽Q.豬肉絲S	有機蔬菜 南瓜濃湯 南瓜.玉米.蛋Q		5	2	2	7	0
3 / 28	一	白飯	蔥爆肉片 炒：青蔥.洋蔥Q.豬肉片S	海結燒油腐 燒：海帶結.油豆腐	大瓜鮮菇 炒：大瓜Q.杏鮑菇Q	履歷蔬菜 蘿蔔羹湯 紅白蘿蔔.豬肉絲S		5	2	2	7	0
3 / 29	二	焗烤螺旋麵 兒童節特餐	檸檬雞翅 烤：雞翅S	雞塊+地瓜條 炸：雞塊S.地瓜條Q	脆炒花椰 炒：花椰菜S.蒜頭	有機蔬菜 熊貓冬瓜茶 冬瓜糖磚.粉圓		5	2	2	7	1
3 / 31	四	胚芽飯	泡菜燒魚 燒：泡菜.魚丁S	洋蔥炒蛋 炒：洋蔥Q.蛋Q	黃芽炒雞柳 炒：香菇Q.黃豆芽Q.雞肉柳T	有機蔬菜 和風肉片湯 豆薯.紅蘿蔔.肉片S		5	2	2	7	0
4/1 運動會補假一日，4/2~4/5 清明連續假期												
4 / 7	四	糙米飯	筍干封肉 燒：筍干.豬肉S	香蔥紅絲炒蛋 炒：青蔥.洋蔥Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	客家小炒 炒：豆干片.豬肉絲S.韭菜	有機蔬菜 地瓜芋圓湯 地瓜.芋圓		5	2	1	2	6
4 / 8	五	白飯	紅燒魚 燒：洋蔥Q.魚丁S.青蔥	蒜香花椰 炒：花椰菜S.蒜頭	三杯百頁+米血糕 燒：百頁.米血糕S.九層塔	有機蔬菜 冬瓜薏仁肉片湯 冬瓜.小薏仁.肉片S		5	2	2	7	0
4 / 11	一	紅藜飯	杏菇燒雞 燒：雞丁S.杏鮑菇Q	麻婆豆腐 燒：豆腐.絞肉S.青蔥	金耳三絲 炒：竹筍Q.木耳Q.金耳菇Q	履歷蔬菜 蘿蔔肉絲湯 紅白蘿蔔.肉絲S		5	2	1	2	7
4 / 12	二	主廚炒飯 白米.洋蔥.蛋.絞肉.三色豆	豆薯燉肉 燒：豆薯Q.豬肉丁S	蛋酥白菜 炒：白菜Q.蛋Q	紅醬甜不辣 燒：甜不辣T.西芹Q	有機蔬菜 貴族玉米濃湯 玉米.馬鈴薯.紅蘿蔔		5	2	2	7	1
4 / 14	四	白飯	海苔魚米花 炸：魚丁S.海苔粉	咖哩肉醬 燒：馬鈴薯Q.紅蘿蔔Q.洋蔥Q.絞肉S	鐵板銀芽 炒：豆芽菜Q.韭菜Q	有機蔬菜 味噌豆腐湯 味噌.豆腐.海帶芽		5	2	1	2	7
4 / 15	五	蕎麥飯	古早味豬排 燒：豬排S	脆炒佛手瓜 炒：佛手瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	古早味蒸蛋 蒸：蛋Q.香菇Q	有機蔬菜 波霸厚奶 紅茶.奶粉.珍珠		5	2	1	2	7
4 / 18	一	白飯	砂鍋魚 燒：白菜Q.魚丁S	四分干滷肉 燒：豆干.豬肉丁S.杏鮑菇Q	清炒大瓜 燒：大瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	履歷蔬菜 蒜香鮮筍雞湯 竹筍.雞丁S.蒜頭		5	2	2	7	1
4 / 19	二	紫米飯	三杯雞丁 燒：九層塔.雞丁S	番茄炒蛋 炒：番茄Q.蛋Q.毛豆S	敏豆炒肉絲 炒：敏豆T.豬肉絲S	有機蔬菜 綠豆粉條 綠豆.粉條		5	2	1	2	7
4 / 21	四	什錦炒麵 麵條.高麗菜.紅蘿蔔.肉絲.韭菜	粉嫩雞排 滷：雞排S	脆皮花枝丸 炸：花枝丸S	小瓜肉片 炒：小瓜Q.豬肉片S	有機蔬菜 蠔絲豆腐羹 豆腐.木耳.金耳菇.蟹味棒S		5	2	1	2	7
4 / 22	五	白飯	鐵板肉片 炒：豆芽菜Q.豬肉片S	鵪鶉蛋燒豆腐 燒：豆腐.絞肉S.鳥蛋Q	蔬菜粉絲煲 炒：粉絲.芹菜Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜 昆布肉絲湯 昆布.肉絲S		5	2	1	2	7
4 / 25	一	白飯	酥炸魚排 炸：魚排S	洋蔥金粒烘蛋 炒：玉米Q.洋蔥Q.蛋Q	冬瓜肉燥 燒：冬瓜Q.絞肉S	履歷蔬菜 酸辣湯 竹筍.紅蘿蔔.木耳.豆腐		5	2	2	1	6
4 / 26	二	小米飯	蜜汁排骨 燒：洋蔥Q.排骨S.豬肉丁S	醬燒油豆腐 燒：油豆腐丁.紅蘿蔔Q	香菇炒黃芽 炒：香菇Q.黃豆芽Q	有機蔬菜 紫菜蛋花湯 紫菜.蛋S	黑豆奶	5	2	1	2	7

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：暨湘云、葉亭好、沈凱瑄、張韻瑩 4/26(二)公糧回饋黑豆奶