




6月3日 (一)

6月4日 (二)

6月5日 (三)

6月6日 (四)

6月7日 **【蔬食日】**

<p>蕎麥飯</p> <p>鹽酥雞</p> <p>番茄炒蛋 田園甘藍 履歷油菜 筍片湯</p> <p>熱量：658.8 - 721.2 蛋白質：27.7 - 30.3 醣類：83 - 91.5 脂肪：24 - 26</p>	<p>糙米飯</p> <p>滷香豬腳</p> <p>塔香洋芋 蝦皮鮮瓜 履歷小白菜 玉米濃湯 水果</p> <p>熱量：703.5 - 765.9 蛋白質：26 - 28.6 醣類：101.5 - 110 脂肪：21.5 - 23.5</p>		<p>多穀飯</p> <p>洋蔥燒魚</p> <p>醬爆雙干 白菜滷 履歷空心菜 香菇雞湯</p> <p>熱量：657.1 - 719.5 蛋白質：28.4 - 31 醣類：83 - 91.5 脂肪：23.5 - 25.5</p>	<p>義式焗烤麵</p> <p>阿婆滷蛋</p> <p>醬煮豆腐 銀絲卷 有機鵝白菜 清燉蘿蔔湯</p> <p>熱量：658.75 - 721.15 蛋白質：27.15 - 29.75 醣類：87.7 - 96.2 脂肪：22.15 - 24.15</p>
--	--	--	--	---



6月10日 (一)

6月11日 (二)

6月12日 (三)

6月13日 (四)

6月14日 **【蔬食日】**

	<p>燕麥飯</p> <p>白醬燉雞</p> <p>彩繪獅子頭 蔥爆桂筍 履歷鵝白菜 味噌豆腐湯 水果</p> <p>熱量：697.2 - 759.6 蛋白質：26.3 - 28.9 醣類：98.5 - 107 脂肪：22 - 24</p>		<p>麥片飯</p> <p>紐澳良雞翅</p> <p>打拋干丁 蒜香高麗 履歷油菜 大滷湯</p> <p>熱量：656.6 - 719 蛋白質：27.9 - 30.5 醣類：84.5 - 93 脂肪：23 - 25</p>	<p>鐵板麵</p> <p>木須炒蛋</p> <p>家常嫩腐 三角薯餅 有機青豆菜 珍珠冬瓜茶</p> <p>熱量：656.2 - 710.6 蛋白質：26.3 - 28.9 醣類：86 - 92.5 脂肪：23 - 25</p>
---	---	--	--	--

6月17日 (一)

6月18日 (二)

6月19日 (三)

6月20日 (四)

6月21日 **【蔬食日】**

<p>地瓜飯</p> <p>塔香雞</p> <p>茄香滑蛋 焗汁白菜 履歷油菜 蘿蔔好彩頭</p> <p>熱量：651.7 - 714.1 蛋白質：27.3 - 29.9 醣類：85 - 93.5 脂肪：22.5 - 24.5</p>	 <p>小米飯</p> <p>壽喜燒肉</p> <p>腐皮蝦捲 雙色花椰 履歷鵝白菜 香菇冬瓜湯 水果+履歷豆漿</p> <p>熱量：685.5 - 747.9 蛋白質：25.5 - 28.1 醣類：97.5 - 106 脂肪：21.5 - 23.5</p>		<p>糙米飯</p> <p>鐵路豬排</p> <p>豆腐粉絲煲 蒜香鮮瓜 履歷油菜 鮮菇肉絲湯</p> <p>熱量：656.85 - 719.25 蛋白質：27.15 - 29.75 醣類：87 - 95.5 脂肪：22.25 - 24.25</p>	<p>招牌炒飯</p> <p>南瓜炒蛋</p> <p>夜市滷黑干 梅香地瓜條 有機鵝白菜 白玉黑輪湯</p> <p>熱量：654.5 - 716.9 蛋白質：27.25 - 29.85 醣類：85.75 - 94.25 脂肪：22.5 - 24.5</p>
--	---	--	--	---

6月24日 (一)

6月25日 (二)

6月26日 (三)

6月27日 (四)

6月28日 **【蔬食日】**

<p>糙米飯</p> <p>蘿蔔燉肉</p> <p>三杯鮑菇 香炒高麗 履歷空心菜 什蔬味噌湯</p> <p>熱量：644.9 - 707.3 蛋白質：27.1 - 29.7 醣類：83.5 - 92 脂肪：22.5 - 24.5</p>	<p>麥片飯</p> <p>洋芋燉雞</p> <p>柴香章魚燒 蠔油燻筍 履歷油菜 玉米豚香湯 水果+保久乳</p> <p>熱量：809 - 871.4 蛋白質：34.2 - 36.8 醣類：109.1 - 117.6 脂肪：26.2 - 28.2</p>		<p>地瓜飯</p> <p>BBQ雞翅</p> <p>木須干片 快炒豆芽 履歷青豆菜 虱目魚丸湯</p> <p>熱量：672.7 - 735.1 蛋白質：28.8 - 31.4 醣類：86.5 - 95 脂肪：23.5 - 25.5</p>	<p>台式炒麵</p> <p>滷香QQ蛋</p> <p>香滷豆輪 紅片花椰 有機油菜 綠豆QQ</p> <p>熱量：648.3 - 710.7 蛋白質：26.2 - 28.8 醣類：87.5 - 96 脂肪：21.5 - 23.5</p>
--	---	--	---	--

※菜單內 符號者為油炸菜色，※食材含豆製品或玉米者皆為非基因改造

※菜單內 符號者為內容物含在地食材， 符號者為內容物含有機食材

※菜單內 符號者為內容物含有花生或花生製品，不適合對其過敏體質者食用

※菜色或數量如有問題，請洽現場工作人員 ※每週二供應新鮮水果

☆使用台灣產豬肉

