

日期	星期	備註	早點心		午餐				午點心			全穀類	油脂類	蔬菜類	肉類	豆魚蛋	水果類	鈣(mg)	鐵(mg)	熱量(kcal)	
			內容	內容	內容	內容	內容	內容	內容	內容											
2月16日	五	★	叻魚高麗菜小米粥 白米, 小米, 高麗菜, 叻魚, 絞肉S	蕎麥飯 蕎麥, 白米	塔香雞丁 雞丁S, 南瓜Q, 九層塔Q-煮	洋蔥炒蛋 雞蛋Q, 洋蔥Q, 木耳Q-炒	有機蔬菜0	味噌豆腐湯 豆腐, 味噌	奶香紅豆地瓜湯 紅豆, 地瓜, 牛奶	水果 水果	6.8	1.9	1.4	0.1	1.7	0.2	210	681	717		
2月17日	六	★	番茄板條 板條, 肉絲S, 番茄, 蚵白菜	燕麥飯 白米, 燕麥	家常燉肉 肉丁S, 紅蘿蔔Q, 豆干-滷	腰果長豆 長豆Q, 腰果-炒	有機蔬菜0	冬瓜排骨湯 冬瓜Q, 排骨S	香菇蘿蔔雞湯 雞片S, 白蘿蔔, 香菇	水果 水果	4.7	2.4	2.1	0	2.6	0.2	112	612	645		
2月19日	一	★	麻油雞蛋麵線 麵線, 肉絲S, 雞蛋, 高麗菜, 麻油	五穀飯 白米, 紫米, 糙米, 燕麥, 麥片	蘿蔔燒雞 雞丁S, 白蘿蔔Q, 紅蘿蔔Q-煮	三色玉米 玉米粒Q, 豆乾丁, 紅蘿蔔Q-炒	產銷履歷T	金針湯 金針, 冬粉, 肉絲S	綠豆薏仁湯 綠豆, 薏仁	水果 水果	6.7	1.9	1.6	0	1.8	0.2	111	670	706		
2月20日	二	★	奶香燕麥湯 燕麥, 牛奶	藜麥飯 白米, 藜麥	糖醋魚 洋蔥Q, 彩椒Q, 魚丁Q-煮	小瓜炒雞 小黃瓜Q, 雞絲S-炒	有機蔬菜0	酸辣湯 高麗菜Q, 金針菇Q, 木耳Q, 紅蘿蔔Q	餛飩湯 餛飩, 蚵白菜	水果 水果	5.9	1.9	1.7	0.1	1.6	0.2	205	623	656		
2月21日	三	★	紅棗茶+慶生蛋糕 紅棗, 慶生蛋糕	特餐 特餐	奶油白醬義大利麵 絞肉S, 洋菇, 洋蔥, 義大利麵	香芹干絲 白干絲, 芹菜Q, 紅蘿蔔Q-炒	季節蔬菜	四神湯 肉絲S, 薏仁, 淮山, 芡實	味噌拉麵 拉麵, 魚丁, 豆芽菜, 味噌, 海芽	水果 水果	6.3	2.1	1.4	0	1.7	0.2	100	642	676		
2月22日	四	★	干貝玉米胚芽米粥 白米, 胚芽米, 玉米, 珠貝	麥片飯 麥片, 白米	客家滷肉 肉丁S, 馬鈴薯Q-煮	芙蓉豆腐 毛豆Q, 紅蘿蔔Q, 豆腐-煮	有機蔬菜0	蘿蔔雞湯 白蘿蔔Q, 雞丁S	大滷麵疙瘩 雞蛋, 筍絲, 肉絲S, 麵疙瘩	水果 水果	6.5	2.1	1.7	0	2.3	0.2	112	694	731		
2月23日	五	★	糙米漿+加州葡萄麵包 糙米, 加州葡萄麵包	紫米飯 紫米, 白米	茄汁雞丁 番茄Q, 雞丁S-煮	銀芽粉絲煲 冬粉, 豆芽Q, 紅蘿蔔Q, 絞肉S-煮	有機蔬菜0	洋蔥海芽湯 海芽, 洋蔥Q, 紅蘿蔔Q	韭香米苔目 米苔目, 肉絲, 高麗菜, 韭菜	水果 水果	6.6	1.9	1.6	0	1.5	0.2	110	648	682		
2月26日	一	★	油豆腐意麵 意麵, 油豆腐, 絞肉S, 豆芽菜	小米飯 小米, 白米	滷豬排 豬排S-滷	南瓜燒蛋 南瓜Q, 雞蛋Q-煮	產銷履歷T	芹香結頭菜湯 結頭菜Q, 芹菜Q	鮭魚糙米鹹稀飯 白米, 糙米, 鮭魚, 香菇絲, 絞肉S	水果 水果	6.5	2.1	1.7	0	2	0.2	113	678	714		
2月27日	二	★	香菇肉羹湯 肉羹S, 大白菜, 紅蘿蔔, 香菇	薏仁飯 薏仁, 白米	鳳梨雞丁 雞丁S, 洋蔥Q, 鳳梨片-煮	沙茶海絲 干絲, 海帶絲-炒	有機蔬菜0	玉米蛋花湯 玉米粒Q, 雞蛋Q	奶香燒仙草 仙草汁, 紅豆, 花豆, 牛奶	水果 水果	6.5	1.5	1.2	0.1	2.2	0.2	204	665	701		
2月28日	三	★	228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380 381 382 383 384 385 386 387 388 389 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416 417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456 457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496 497 498 499 500 501 502 503 504 505 506 507 508 509 510 511 512 513 514 515 516 517 518 519 520 521 522 523 524 525 526 527 528 529 530 531 532 533 534 535 536 537 538 539 540 541 542 543 544 545 546 547 548 549 550 551 552 553 554 555 556 557 558 559 560 561 562 563 564 565 566 567 568 569 570 571 572 573 574 575 576 577 578 579 580 581 582 583 584 585 586 587 588 589 590 591 592 593 594 595 596 597 598 599 600 601 602 603 604 605 606 607 608 609 610 611 612 613 614 615 616 617 618 619 620 621 622 623 624 625 626 627 628 629 630 631 632 633 634 635 636 637 638 639 640 641 642 643 644 645 646 647 648 649 650 651 652 653 654 655 656 657 658 659 660 661 662 663 664 665 666 667 668 669 670 671 672 673 674 675 676 677 678 679 680 681 682 683 684 685 686 687 688 689 690 691 692 693 694 695 696 697 698 699 700 701 702 703 704 705 706 707 708 709 710 711 712 713 714 715 716 717 718 719 720 721 722 723 724 725 726 727 728 729 730 731 732 733 734 735 736 737 738 739 740 741 742 743 744 745 746 747 748 749 750 751 752 753 754 755 756 757 758 759 760 761 762 763 764 765 766 767 768 769 770 771 772 773 774 775 776 777 778 779 780 781 782 783 784 785 786 787 788 789 790 791 792 793 794 795 796 797 798 799 800 801 802 803 804 805 806 807 808 809 810 811 812 813 814 815 816 817 818 819 820 821 822 823 824 825 826 827 828 829 830 831 832 833 834 835 836 837 838 839 840 841 842 843 844 845 846 847 848 849 850 851 852 853 854 855 856 857 858 859 860 861 862 863 864 865 866 867 868 869 870 871 872 873 874 875 876 877 878 879 880 881 882 883 884 885 886 887 888 889 890 891 892 893 894 895 896 897 898 899 900 901 902 903 904 905 906 907 908 909 910 911 912 913 914 915 916 917 918 919 920 921 922 923 924 925 926 927 928 929 930 931 932 933 934 935 936 937 938 939 940 941 942 943 944 945 946 947 948 949 950 951 952 953 954 955 956 957 958 959 960 961 962 963 964 965 966 967 968 969 970 971 972 973 974 975 976 977 978 979 980 981 982 983 984 985 986 987 988 989 990 991 992 993 994 995 996 997 998 999 1000																		
2月29日	四	★	豆漿+馬拉糕 豆漿, 馬拉糕	胚芽米飯 胚芽米, 白米	風味咖哩雞 雞丁S, 洋芋Q, 紅蘿蔔Q, 鮮奶油-煮	洋蔥炒甜不辣 洋蔥Q, 甜不辣Q, 木耳Q-炒	有機蔬菜0	番茄豆腐湯 番茄Q, 豆腐	肉絲冬粉 冬粉, 肉絲S, 小白菜	水果 水果	6.1	2.2	1.7	0	2.3	0.2	113	672	707		

*3章1Q豆奶日：2/23。

*本廠一律使用國產豬肉、雞肉。

*配合天天安心食材政策，每周一供應履歷蔬菜、每周二、四、五供應有機蔬菜。

*配合國產可追溯生鮮農漁畜產品食材政策，菜單主要食材明細標示「S」已取得CAS標章，標示「Q」可追溯生產來源。

*本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、雞蛋、堅果、芝麻、含麩質穀物、大豆類、芋類製品」，不適合其過敏體質者食用。