

永安國小午餐群組(永安·大直·吉林)104年5月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	水果	五穀 根莖	蛋 豆 魚 肉	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量	
1	五	胚芽飯	黃金魚片	飄香滷味	炒小白菜	鮮筍龍骨湯	水果	4.0	2.2	1.5	1		2.5	655	
4	一	燕麥飯	鹽酥雞丁	小瓜三絲	蝦皮高麗	蕃茄洋芋湯	水果	4.5	2.0	1.6	1		2.5	678	
5	二	五穀飯	鳩蛋燒肉	螞蟻上樹	炒莪白菜	海芽味噌湯	鮮乳	4.7	2.1	1.4		1	2.5	754	
6	三	小米飯	糖醋魚塊	木須瓢瓜	炒地瓜葉	鮑菇冬瓜湯	水果	4.0	2.2	1.9	1		2.5	665	
7	四	炒烏龍+豉汁燜雞+芙蓉蒸蛋+蒜香油菜+小魚海帶湯				水果	4.3	2.3	1.4	1			2.5	681	
8	五	地瓜飯	無錫排骨	玉米肉末	蒜香A菜	黃瓜魚丸湯	水果	4.5	2.2	1.7	1		2.5	695	
11	一	香鬆飯	回鍋肉片	鮮燴豆腐	炒青江菜	綠豆西米露	鮮乳	5.0	2.3	1.3		1	2.5	788	
12	二	蕃茄肉醬拌麵+香酥魚排+蒜香A菜+玉米洋芋湯					水果	4.4	2.1	1.2	1			2.5	668
13	三	蕎麥飯	筍香雞丁	黃瓜肉片	炒空心菜	紫菜蛋花湯	水果	4.0	2.1	1.8	1		2.5	655	
14	四	胚芽飯	咖哩豬肉	鮮筍炒蛋	炒莪白菜	金茸黃瓜湯	水果	4.2	2.5	1.6	1		2.5	694	
15	五	紫米飯	香菇燉雞	白菜魚丸	蒜香油菜	絲瓜寬粉湯	水果	4.1	2.0	1.9	1		2.5	657	
18	一	香蔥蛋炒飯+迷迭香豬排+鐵板銀芽+清香A菜+柴魚蘿蔔湯				水果	4.2	2.4	1.8	1			2.5	692	
19	二	地瓜飯	玉米雞丁	綿密蒸蛋	炒青江菜	韓式海芽湯	水果	4.3	2.3	1.2	1		2.5	676	
20	三	五穀飯	梅汁魚片	客家小炒	蒜香莧菜	鮮菇竹筍湯	水果	4.0	2.5	1.5	1		2.5	678	
21	四	燕麥飯	蕃茄炒蛋	三杯杏鮑菇	炒空心菜	摩摩喳喳甜湯	鮮乳	5.0	2.0	1.8		1	2.5	778	
22	五	刈包+薑汁燒肉+炒寬粉+蒜香莪白+魷魚羹湯				水果	4.2	2.1	1.7	1			2.5	667	
25	一	胚芽飯	葡式海鮮	壽喜肉片	蒜香油菜	海芽黃瓜湯	水果	4.2	2.1	1.8	1		2.5	669	
26	二	紫米飯	蔥燒雞腿	麻婆豆腐	快炒A菜	關東煮湯	水果	4.2	2.4	1.2	1		2.5	677	
27	三	芋香飯	咕咾肉	小瓜炒蛋	炒青江菜	薏米冬瓜湯	水果	4.1	2.3	1.7	1		2.5	675	
28	四	乾麵+什錦酢醬+泡菜雞丁+玉米莧菜+養生南瓜湯				水果	4.3	2.4	1.3	1			2.5	686	
29	五	香鬆飯	紅燒豬腳	黃瓜鳩蛋	炒空心菜	清爽蔬菜湯	鮮乳	4.2	2.2	1.9		1	2.5	739	

§ 本學期午餐由中原食品駐校服務，午餐交流專線：(02)2532-8007

§ 本月份提供水果種類：西瓜、鳳梨、哈密瓜、木瓜、芭樂、葡萄、小蕃茄...等

§ 午餐食材明細公告於學校網站，請連結 <http://css000000025014.tw.class.uschoolnet.com/> 查詢。

§ 午餐食材來源，請連結「臺北市食材登錄平台」<http://foodtracertaipei.health.gov.tw/> 查詢。

~營養午餐意見欄~ ____年 ____班 ____號 姓名：_____

4/27 〈一〉

4/28 〈二〉

4/29 〈三〉

4/30 〈四〉

5/1 〈五〉

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
黃金魚片	魚片
(炸)	
飄香滷味	白茼蒿
	小豆干
	白蘿蔔
	海帶結
小白菜	小白菜
	紅K絲
鮮筍龍骨湯	鮮筍片
	福菜
	大骨

5/4 〈一〉

5/5 〈二〉

5/6 〈三〉

5/7 〈四〉

5/8 〈五〉

燕麥飯	白米
	糙米
	燕麥
鹹酥雞	雞胸丁
(炸)	(幼)清雞丁
	地瓜條
小瓜三絲	肉絲
	小黃瓜絲
	金針菇
	綠豆芽
蝦皮高麗	高麗菜
	紅K絲
	蝦皮
蕃茄洋芋湯	蕃茄中丁
	洋芋中丁
	洋蔥丁
	大骨

五穀飯	白米
	糙米
	五穀米
鳩蛋燒肉	鳩蛋
	肉中丁
	白K中丁
螞蟻上樹	絞肉
	冬粉
	大白菜絲
	香菇絲
	紅K絲
莪白菜	莪白菜
海芽味噌湯	海帶芽
	非基改豆腐
	金針菇
	味噌

小米飯	白米
	糙米
	小米
糖醋魚塊	魚丁
(過油)燴	蕃茄中丁
	洋蔥丁
	小黃瓜
木須瓢瓜	肉絲
	瓢瓜條
	木耳絲
	紅K絲
地瓜葉	地瓜葉
鮑菇冬瓜湯	鮑魚菇
	冬瓜大丁
	雞骨
	薑片

炒烏龍	小烏龍
	肉絲
	高麗菜絲
	香菇絲
	紅K絲
豉汁悶雞	雞胸丁
	(幼)清雞丁
	洋芋大丁
	紅K中丁
芙蓉蒸蛋	液蛋
	玉米粒
油菜	油菜
小魚海帶湯	小魚乾
	海帶絲
	洋蔥絲
	大骨

地瓜飯	白米
	糙米
	地瓜
無錫排骨	肉角
	軟排丁
	鮑魚菇
	大白菜
玉米肉末	玉米粒
	絞肉
	白K小丁
	毛豆仁
	紅K小丁
	A菜
	A菜
黃瓜魚丸湯	黃瓜大丁
	花枝丸

5/11 〈一〉

5/12 〈二〉

5/13 〈三〉

5/14 〈四〉

5/15 〈五〉

香鬆飯	白米
	糙米
	海苔香鬆
回鍋肉片	肉片
	高麗菜
	西芹
	木耳
	紅K片
鮮燴豆腐	非基改豆腐
	鮮香菇
	洋蔥丁
	玉米粒

麵	小烏龍麵
蕃茄培根肉醬	絞肉
	蕃茄中丁
	洋蔥中丁
	培根末
香酥魚排	旗魚排
(炸)	
A菜	A菜
	紅K絲
玉米洋芋湯	玉米粒

蕎麥飯	白米
	糙米
	蕎麥
筍香雞丁	雞胸丁
	(幼)清雞丁
	竹筍大丁
	紅K中丁
黃瓜肉片	大黃瓜
	肉片
	木耳片
	紅K片

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
咖哩豬肉	肉中丁
	洋芋中丁
	洋蔥丁
	紅K中丁
鮮筍炒蛋	鮮筍絲
	紅K絲
	毛豆仁
	液蛋

紫米飯	白米
	糙米
	紫米
香菇燉雞	雞胸丁
	(幼)清雞丁
	鮮香菇
	白K大丁
白菜魚丸	花枝丸切
	大白菜
	木耳片
	紅K片

	紅丁
青江菜	青江菜
綠豆西米露	綠豆
	西谷米
	二砂
	椰漿

	洋芋小丁
	大骨

空心菜	空心菜
紫菜蛋花湯	紫菜
	洗選蛋
	大骨.蔥花

莪白菜	莪白菜
金茸黃瓜湯	大黃瓜片
	金針菇
	大骨

油菜	油菜
絲瓜寬粉湯	絲瓜
	寬粉
	紅K絲
	大骨

5/18 (一)

香蔥蛋炒飯	白米
	液蛋
	蔥花
	玉米粒
	紅K丁
迷迭香豬排	豬大排
	洋蔥絲
	迷迭香
鐵板銀芽	生豆包
	綠豆芽
	金針菇
	紅K絲
A菜	A菜
柴魚蘿蔔湯	白K大丁
	柴魚片
	大骨

5/19 (二)

地瓜飯	白米
	糙米
	地瓜飯
玉米雞丁	雞胸丁
	(幼)清雞丁
	玉米粒
	毛豆仁
	紅椒丁
綿密蒸蛋	液蛋
	香菇絲
青江菜	青江菜
	紅K絲
韓式海芽湯	海帶芽
	黃豆芽
	蒜末
	雞骨

5/20 (三)

五穀飯	白米
	糙米
	五穀米
梅汁魚片	魚片
(炸)	彩椒
	鳳梨丁
	紫蘇梅
客家小炒	豆干片
	肉絲
	洋芹菜片
	紅K片
莧菜	莧菜
鮮菇竹筍湯	鮮香菇
	竹筍片
	大骨

5/21 (四)

燕麥飯	白米
	糙米
	燕麥
蕃茄炒蛋	液蛋
	蕃茄中丁
	玉米粒
	毛豆仁
三杯杏鮑菇	杏鮑菇
	百頁豆腐
	鮮筍片
	九層塔
空心菜	空心菜
摩摩喳喳	紫米
	紅豆
	芋頭小丁
	西谷米
	二砂

5/22 (五)

刈包	刈包
薑汁燒肉	肉片
	鮑魚菇
	洋蔥絲
	綠豆芽
	紅K絲
炒寬粉	寬冬粉
	高麗菜絲
	香菇絲
	肉絲
	木耳絲
莪白菜	莪白菜
魷魚羹湯	大白菜
	泡魷魚
	竹筍絲
	紅K絲
	沙茶

5/25 (一)

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
葡式海鮮	魚丁
	魷魚
	洋蔥丁
	洋芋中丁
	咖哩粉.椰漿
壽喜肉片	肉片
	金針菇
	高麗菜
	蒟蒻結
	紅K片
油菜	油菜
海芽黃瓜湯	海帶芽
	大黃瓜
	大骨

5/26 (二)

紫米飯	白米
	糙米
	紫米
蔥燒雞腿	棒棒腿
	洋蔥絲
	蔥段
麻婆豆腐	非基改豆腐
	絞肉
	碎木耳
	香菇丁
	紅K丁
A菜	A菜
關東煮湯	白蘿蔔大丁
	海帶結
	玉米段
	大骨
	柴魚

5/27 (三)

芋香飯	白米
	糙米
	芋頭小丁
咕咾肉	肉中丁
	洋蔥片
	彩椒片
	蕃茄中丁
小瓜炒蛋	小黃瓜絲
	紅K絲
	液蛋
青江菜	青江菜
	金針菇
薏米冬瓜湯	冬瓜大丁
	小薏仁
	大骨

5/28 (四)

麵	白油麵
什錦酢醬	絞肉
	絞豆干
	竹筍小丁
	鮮香菇
	紅K丁
泡菜雞丁	雞胸丁
(炸)	(幼)清雞丁
(幼不加)	杏鮑菇切塊
	泡菜
莧菜	莧菜
	玉米粒
養生南瓜湯	南瓜大丁
	薑片
	大骨

5/29 (五)

香鬆飯	白米
	糙米
	海苔香鬆
紅燒豬腳	肉角
	豬腳丁
	筍乾
黃瓜鳩蛋	大黃瓜
	鳩蛋
	木耳片
	紅K片
空心菜	空心菜
清爽蔬菜湯	高麗菜丁
	蕃茄中丁
	洋芋中丁
	雞骨

永安國小午餐群組(永安·大直·吉林)104年5月份菜單~幼兒園

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	水果	五穀 根莖	蛋豆 魚肉	蔬菜	水果	油脂	熱量
1	五	胚芽飯	黃金魚片	飄香滷味	炒小白菜	鮮筍龍骨湯	水果	4.0	2.2	1.5	1	2.5	655
4	一	燕麥飯	鹽酥雞丁	小瓜三絲	蝦皮高麗	蕃茄洋芋湯	水果	4.5	2.0	1.6	1	2.5	678
5	二	五穀飯	鳩蛋燒肉	螞蟻上樹	炒莪白菜	海芽味噌湯	水果	4.7	2.1	1.4	1	2.5	694
6	三	小米飯	糖醋魚塊	木須瓢瓜	炒地瓜葉	鮑菇冬瓜湯	水果	4.0	2.2	1.9	1	2.5	665
7	四	炒烏龍+豉汁燜雞+芙蓉蒸蛋+蒜香油菜+小魚海帶湯				水果	4.3	2.3	1.4	1	2.5	681	
8	五	地瓜飯	無錫排骨	玉米肉末	蒜香A菜	黃瓜魚丸湯	水果	4.5	2.2	1.7	1	2.5	695
11	一	香鬆飯	回鍋肉片	鮮燴豆腐	炒青江菜	綠豆西米露	水果	5.0	2.3	1.3	1	2.5	728
12	二	蕃茄肉醬拌麵+香酥魚排+蒜香A菜+玉米洋芋湯				水果	4.4	2.1	1.2	1	2.5	668	
13	三	蕎麥飯	筍香雞丁	黃瓜肉片	炒空心菜	紫菜蛋花湯	水果	4.0	2.1	1.8	1	2.5	655
14	四	胚芽飯	咖哩豬肉	鮮筍炒蛋	炒莪白菜	金茸黃瓜湯	水果	4.2	2.5	1.6	1	2.5	694
15	五	紫米飯	香菇燉雞	白菜魚丸	蒜香油菜	絲瓜寬粉湯	水果	4.1	2.0	1.9	1	2.5	657
18	一	香蔥蛋炒飯+迷迭香豬排+鐵板銀芽+清香A菜+柴魚蘿蔔湯				水果	4.2	2.4	1.8	1	2.5	692	
19	二	地瓜飯	玉米雞丁	綿密蒸蛋	炒青江菜	韓式海芽湯	水果	4.3	2.3	1.2	1	2.5	676
20	三	五穀飯	梅汁魚片	客家小炒	蒜香莧菜	鮮菇竹筍湯	水果	4.0	2.5	1.5	1	2.5	678
21	四	燕麥飯	蕃茄炒蛋	三杯杏鮑菇	炒空心菜	摩摩喳喳甜湯	水果	5.0	2.0	1.8	1	2.5	718
22	五	刈包+薑汁燒肉+炒寬粉+蒜香莪白+鮑魚羹湯				水果	4.2	2.1	1.7	1	2.5	667	
25	一	胚芽飯	葡式海鮮	壽喜肉片	蒜香油菜	海芽黃瓜湯	水果	4.2	2.1	1.8	1	2.5	669
26	二	紫米飯	蔥燒雞腿	麻婆豆腐	快炒A菜	關東煮湯	水果	4.2	2.4	1.2	1	2.5	677
27	三	芋香飯	咕咾肉	小瓜炒蛋	炒青江菜	薏米冬瓜湯	水果	4.1	2.3	1.7	1	2.5	675
28	四	乾麵+什錦酢醬+泡菜雞丁+玉米莧菜+養生南瓜湯				水果	4.3	2.4	1.3	1	2.5	686	
29	五	香鬆飯	紅燒豬腳	黃瓜鳩蛋	炒空心菜	清爽蔬菜湯	水果	4.2	2.2	1.9	1	2.5	679

§ 本學期午餐由中原食品駐校服務，午餐交流專線：(02)2532-8007

§ 本月份提供水果種類：西瓜、鳳梨、哈密瓜、木瓜、芭樂、葡萄、小蕃茄...等

§ 午餐食材明細公告於學校網站，請連結 <http://css000000025014.tw.class.uschoolnet.com/> 查詢。

§ 午餐食材來源，請連結「臺北市食材登錄平台」<http://foodtracertaipei.health.gov.tw/> 查詢。

~營養午餐意見欄~ 年 班 號 姓名：_____

永安國小午餐群組(永安·大直·吉林)104年5月份菜單~素食

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	水果	五穀 根莖	蛋 豆 魚 肉	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量
1	五	胚芽飯	飄香滷味	白玉絲瓜	炒小白菜	福菜鮮筍湯	水果	4.0	2.0	2.4	1		2.5	663
4	一	燕麥飯	鹽酥杏鮑菇	小瓜三絲	炒高麗菜	蕃茄洋芋湯	水果	4.5	2.0	1.9	1		2.5	685
5	二	五穀飯	沙茶豆干	螞蟻上樹	炒莪白菜	海芽味噌湯	鮮乳	4.7	2.0	1.6		1	2.5	752
6	三	小米飯	糖醋豆包	木須瓢瓜	炒地瓜葉	養生冬瓜湯	水果	4.0	2.0	2.1	1		2.5	655
7	四	炒烏龍+豉汁油腐+五彩清蔬+炒油菜+海帶蔬菜湯				水果	4.3	2.0	2.2	1			2.5	679
8	五	地瓜飯	玉米干丁	紅麴白菜	清香A菜	黃瓜素丸湯	水果	4.5	2.0	1.9	1		2.5	685
11	一	香鬆飯	家常豆腐	回鍋干片	炒青江菜	綠豆西米露	鮮乳	5.0	2.0	1.6		1	2.5	773
12	二	蕃茄拌麵+香料肚片+翠炒三絲+炒A菜+玉米洋芋湯				水果	4.4	2.0	2.0	1			2.5	681
13	三	蕎麥飯	三杯豆干	鮮燴黃瓜	炒空心菜	紫菜豆腐湯	水果	4.0	2.0	1.9	1		2.5	650
14	四	胚芽飯	咖哩百頁	脆炒鮮筍	炒莪白菜	金茸黃瓜湯	水果	4.2	2.0	2.2	1		2.5	672
15	五	紫米飯	香菇素雞	腐皮白菜	清香油菜	絲瓜寬粉湯	水果	4.1	2.0	2.2	1		2.5	665
18	一	翡翠炒飯+銀芽豆包+玉筍花椰+炒A菜+芹香蘿蔔湯				水果	4.2	2.0	2.4	1			2.5	677
19	二	地瓜飯	玉米豆腐	塔香茄子	炒青江菜	韓式海芽湯	水果	4.3	2.0	2.1	1		2.5	676
20	三	五穀飯	客家小炒	鳳梨彩椒	清香莧菜	鮮菇竹筍湯	水果	4.0	2.0	1.9	1		2.5	650
21	四	燕麥飯	三杯杏鮑菇	蕃茄燴蔬菜	炒空心菜	摩摩喳喳甜湯	鮮乳	5.0	2.0	2.3		1	2.5	790
22	五	刈包+福菜豆干+炒寬粉+炒莪白菜+鮑菇白菜湯				水果	4.2	2.0	1.9	1			2.5	664
25	一	胚芽飯	蕃茄豆包	壽喜素燒	清香油菜	海芽黃瓜湯	水果	4.2	2.0	2.1	1		2.5	669
26	二	紫米飯	麻婆豆腐	山藥百匯	快炒A菜	關東煮湯	水果	4.2	2.0	1.7	1		2.5	659
27	三	芋香飯	咕咾麵腸	海茸三絲	炒青江菜	薏米冬瓜湯	水果	4.1	2.0	2.1	1		2.5	662
28	四	乾麵+什錦酢醬+綠椰鮮蔬+玉米莧菜+養生南瓜湯				水果	4.3	2.0	1.9	1			2.5	671
29	五	香鬆飯	香菇烤麩	木耳黃瓜	炒空心菜	清爽蔬菜湯	鮮乳	4.2	2.0	2.0		1	2.5	727

§ 本學期午餐由中原食品駐校服務，午餐交流專線：(02)2532-8007

§ 本月份提供水果種類：西瓜、鳳梨、哈密瓜、木瓜、芭樂、葡萄、小蕃茄...等

§ 午餐食材明細公告於學校網站，請連結 <http://css000000025014.tw.class.uschoolnet.com/> 查詢。

§ 午餐食材來源，請連結「臺北市食材登錄平台」<http://foodtracertaipei.health.gov.tw/> 查詢。

~營養午餐意見欄~

_____年 _____班 _____號 姓名：_____

10305素明細

4/27 〈一〉

4/28 〈二〉

4/29 〈三〉

4/30 〈四〉

5/1 〈五〉

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
飄香滷味	白蒟蒻
	小豆干
	白蘿蔔
	海帶結
白玉絲瓜	絲瓜
	黑木耳
	美白菇
	紅K片
小白菜	小白菜
	紅K絲
鮮筍龍骨湯	鮮筍片
	福菜

5/4 〈一〉

5/5 〈二〉

5/6 〈三〉

5/7 〈四〉

5/8 〈五〉

燕麥飯	白米
	糙米
	燕麥
鹽酥杏鮑菇	杏鮑菇
	麵腸
	地瓜條
小瓜三絲	生豆包
	小黃瓜絲
	金針菇
	綠豆芽
紅絲高麗	高麗菜
	紅K絲
蕃茄洋芋湯	蕃茄中丁
	洋芋中丁
	板豆腐

五穀飯	白米
	糙米
	五穀米
沙茶豆干	大溪豆乾
	白蘿蔔片
	彩椒
	西芹
螞蟻上樹	素絞肉
	冬粉
	大白菜絲
	香菇絲
	紅K絲
莪白菜	莪白菜
海芽味噌湯	海帶芽
	非基改豆腐
	金針菇
	味噌

小米飯	白米
	糙米
	小米
糖醋豆包	豆包
	蕃茄中丁
	鳳梨丁
	小黃瓜
木須瓢瓜	瓢瓜條
	木耳絲
	紅K絲
	鮑魚菇
地瓜葉	地瓜葉
養生冬瓜湯	冬瓜大丁
	紅K中丁
	薑片
	肉骨茶包

炒烏龍	小烏龍
	素肉絲
	高麗菜絲
	香菇絲
	紅K絲
豉汁油腐	三角油豆腐
	洋芋大丁
	紅K中丁
五彩青蔬	大黃瓜
	鮮香菇
	玉米筍
	綠花椰
	紅K片
油菜	油菜
海帶蔬菜湯	高麗菜絲
	海帶絲
	鮑魚菇

地瓜飯	白米
	糙米
	地瓜
玉米干丁	玉米粒
	豆乾丁
	毛豆仁
	紅K小丁
紅麴白菜	大白菜片
	生豆包
	鮑魚菇
	紅K片
	木耳片
A菜	A菜
黃瓜素丸湯	黃瓜大丁
	蒟蒻素丸

5/11 〈一〉

5/12 〈二〉

5/13 〈三〉

5/14 〈四〉

5/15 〈五〉

香鬆飯	白米
	糙米
	海苔香鬆
家常豆腐	非基改豆腐
	筍片
	香菇片
	小黃瓜
	紅K片
回鍋干片	豆干片
	高麗菜片
	黑木耳

蕃茄拌麵	小烏龍
	蕃茄中丁
	洋菇片
	素火腿
	毛豆仁
香料肚片	素肚
	彩椒
翠炒三絲	黃豆芽
	海帶絲
	芹菜段
	紅K絲

蕎麥飯	白米
	糙米
	蕎麥
三杯豆干	小豆干
	竹筍大丁
	杏鮑菇
	九層塔
鮮燴黃瓜	大黃瓜
	蒟蒻小卷
	木耳片
	紅K片

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
咖哩百頁	百頁豆腐
	洋芋中丁
	南瓜中丁
	紅K中丁
	花椰菜
脆炒鮮筍	鮮筍絲
	香菇絲
	金針菇

紫米飯	白米
	糙米
	紫米
香菇素雞	素雞
	鮮香菇
	白K大丁
	紅K大丁
腐皮白菜	生豆包
	大白菜
	木耳片
	紅K片

	紅K片		榨菜絲				紅K絲		
	西芹				空心菜		香菜		油菜
		A菜	A菜						
青江菜	青江菜		紅K絲	紫菜豆腐湯	紫菜	莪白菜	莪白菜	絲瓜寬粉湯	絲瓜
					板豆腐				寬粉
綠豆西米露	綠豆	玉米芋湯	玉米粒		紅K絲	金茸黃瓜湯	大黃瓜片		紅K絲
	西谷米		馬鈴薯小丁				金針菇		
	二砂								
	椰漿								

5/18 (一)	5/19 (二)	5/20 (三)	5/21 (四)	5/22 (五)
翡翠炒飯	地瓜飯	五穀飯	燕麥飯	刈包
白米	白米	白米	白米	刈包
絞豆乾丁	糙米	糙米	糙米	
玉米粒	地瓜飯	五穀米	燕麥	福菜豆干
毛豆仁				大溪豆乾
紅K小丁	玉米豆腐	客家小炒	三杯杏鮑菇	梅干菜
青江菜	板豆腐	白茼蒿	杏鮑菇	
	香菇丁	豆干片	百頁豆腐	炒寬粉
	紅K小丁	洋芹段	鮮筍片	寬冬粉
銀芽豆包	玉米粒	紅K絲	九層塔	高麗菜絲
生豆包	毛豆仁			香菇絲
綠豆芽		鳳梨彩椒	蕃茄燴蔬菜	綠豆芽
金針菇	塔香茄子	麵腸	牛蕃茄	木耳絲
紅K絲	茄子	彩椒	鮮香菇	紅K絲
	九層塔	鳳梨丁	綠花椰	
玉筍花椰	白芝麻	紫蘇梅	白蘿蔔片	莪白菜
花椰菜				莪白菜
山藥片	青江菜	莧菜	空心菜	鮑菇白菜湯
玉米筍	青江菜	莧菜	空心菜	大白菜
紅K片	紅K絲	鮮菇竹筍湯	摩摩喳喳	鮑魚菇
		鮮香菇	紫米	竹筍絲
A菜	韓式海芽湯	竹筍片	紅豆	紅K絲
	海帶芽		芋頭小丁	
芹香蘿蔔湯	黃豆芽		西谷米	
白K大丁	薑片		二砂	
芹珠				
薑片				

5/25 (一)	5/26 (二)	5/27 (三)	5/28 (四)	5/29 (五)
胚芽飯	紫米飯	芋香飯	麵	香鬆飯
白米	白米	白米	白油麵	白米
糙米	糙米	糙米		糙米
胚芽米	紫米	芋頭小丁	什錦酢醬	海苔香鬆
			絞豆干	
蕃茄豆包	麻婆豆腐	咕啞麵腸	竹筍小丁	
1/4豆包	非基改豆腐	麵腸	鮮香菇	香菇烤麩
蕃茄大丁	碎木耳	彩椒片	紅K丁	香菇
玉米粒	香菇丁	蕃茄中丁	小黃瓜絲	烤麩
毛豆仁	紅K丁	秀珍菇		鮮筍片
			綠椰鮮蔬	紅K片
壽喜素燒	山藥百匯	海茸三絲	素雞	
茼蒿小卷	山藥	小黃瓜絲	綠花椰	木耳黃瓜
鮮香菇	鴻喜菇	綠豆芽	杏鮑菇	大黃瓜
金針菇	西芹	金針菇	白蘿蔔	白木耳
高麗菜	玉米筍	海茸	紅蘿蔔片	黑木耳
紅K片	彩椒	紅K絲		素火腿
			莧菜	空心菜
油菜	A菜	青江菜	莧菜	空心菜
	A菜	青江菜	玉米粒	
海芽黃瓜湯	關東煮湯	薏米冬瓜湯	養生南瓜湯	清爽蔬菜湯
海帶芽	白蘿蔔大丁	冬瓜大丁	南瓜大丁	高麗菜丁
大黃瓜	海帶結	小薏仁	薑片	蕃茄中丁
	玉米段			洋芋中丁