

永安國小午餐群組(永安·大直·吉林)104年6月份菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	水果	全穀 根莖	豆魚 肉蛋	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量	
1	一	地瓜飯	蕃茄炒嫩雞	家常豆腐	炒茼白菜	竹筍三絲湯	水果	4.1	2.2	1.4	1		2.5	660	
2	二	油飯+糖醋排骨+蛋酥瓢瓜+紅絲高麗+紫菜黃瓜湯					水果	4.0	2.1	2.1	1		2.5	663	
3	三	燕麥飯	塔香雞丁	木須肉片	炒地瓜葉	蕃茄蛋花湯	水果	4.0	2.3	1.7	1		2.5	668	
4	四	小米飯	香料海鮮	狀元滷味	蒜香A菜	山粉圓甜湯	鮮乳	4.0	2.1	1.3		1	2.5	703	
5	五	五穀飯	蔥燒大排	泰式寬粉	清香油菜	冬瓜蜆仔湯	水果	4.5	2.3	1.5	1		2.5	698	
8	一	義大利肉醬麵+冰滷翅腿+鮮菇莧菜+玉米洋芋湯					水果	4.4	2.2	1.5	1		2.5	683	
9	二	香鬆飯	黃金魚排	咖哩肉醬	炒茼白菜	鮮筍龍骨湯	鮮乳	4.4	2.0	1.3		1	2.5	723	
10	三	紫米飯	梅干扣肉	豆皮三絲	炒青江菜	海芽黃瓜湯	水果	4.0	2.1	1.9	1		2.5	658	
11	四	地瓜飯	沙茶肉片	綿密蒸蛋	炒空心菜	味噌豆腐湯	水果	4.1	2.4	1.3	1		2.5	672	
12	五	銀絲卷+台式炒麵+京醬肉絲+蒜香A菜+關東煮湯					水果	4.5	2.1	1.7	1		2.5	688	
15	一	胚芽飯	五香雞腿	玉米肉末	清香油菜	香菇冬瓜湯	水果	4.5	2.0	1.3	1		2.5	670	
16	二	燕麥飯	普羅旺斯燉肉	客家小炒	玉米莧菜	養生南瓜湯	水果	4.4	2.4	1.4	1		2.5	696	
17	三	五穀飯	豆瓣鮮魚	回鍋肉片	炒空心菜	福菜筍片湯	水果	4.0	2.3	1.7	1		2.5	668	
18	四	筍丁肉醬拌麵+迷迭香腿排+炒茼白菜+綠豆西米露					鮮乳	4.9	2.4	1.3		1	2.5	788	
19	五	☺~端午節快樂~☺													
22	一	薑黃飯	咖哩鳩蛋*3	三杯豆腐	蝦皮高麗	黃瓜魚丸湯	水果	4.3	2.0	1.5	1		2.5	661	
23	二	蕃茄肉醬拌麵+醬燒翅腿+炒青江菜+玉米濃湯					水果	4.3	2.4	1.4	1		2.5	689	
24	三	胚芽飯	紅麴排骨	螞蟻上樹	炒地瓜葉	絲瓜蛤蠣湯	水果	4.5	2.1	1.7	1		2.5	688	
25	四	香鬆飯	卡滋魚排	肉燥冬瓜	紅絲莧菜	蕃茄蔬菜湯	鮮乳	4.1	2.0	1.6		1	2.5	710	
26	五	雜糧飯	香菇燉雞	壽喜肉片	炒空心菜	酸辣湯	水果	4.5	2.2	1.8	1		2.5	698	
29	一	香蔥炒飯+鐵板豬柳+芙蓉蒸蛋+炒茼白菜+瓢瓜粉絲湯					水果	4.2	2.3	1.3	1		2.5	672	
30	二	~結業式~暑假快樂趣~													

§ 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、香蕉、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://foodtracetaipei.health.gov.tw/> 查詢。

~營養午餐意見欄~ ____年 ____班 ____號 姓名：_____

6/1 (一)		6/2 (二)		6/3 (三)		6/4 (四)		6/5 (五)	
地瓜飯	白米	油飯	白米	燕麥飯	白米	小米飯	白米	五穀飯	白米
	糙米		長糯米		糙米		糙米		糙米
	地瓜絲		肉絲		燕麥		小米		五穀米
			香菇絲						
蕃茄炒嫩雞	雞胸丁		紅蔥頭	塔香雞丁	雞胸丁	香料海鮮	魚丁	蔥燒大排	豬排
	(幼)清雞丁				(幼)清雞丁	★	花枝丸		洋蔥絲
	蕃茄中丁	糖醋排骨	肉中丁		竹筍大丁		洋香菜		
	洋蔥丁		軟骨丁		杏鮑菇			泰式寬粉	肉絲
	洋芋中丁		洋蔥片		九層塔	狀元滷味	小四角豆干		寬粉
			彩椒				白茼蒿		黃豆芽
家常豆腐	非基改板豆腐		小黃瓜	木須肉片	肉片		海帶結		高麗菜絲
	鮮香菇				豆芽菜		白K大丁		紅K絲
	玉米粒	蛋酥瓢瓜	瓢瓜條		木耳片				
	紅K丁		蛋液		韭菜	A菜	A菜	油菜	油菜
	毛豆仁		木耳絲		紅K絲		紅K絲		
			紅K絲						
莪白菜	莪白菜			地瓜葉	地瓜葉	山粉圓甜湯	山粉圓	冬瓜蜆仔湯	冬瓜大丁
		高麗菜	高麗菜				冬瓜磚		蜆仔
竹筍三絲湯	鮮筍絲		紅K絲	蕃茄蛋花湯	蕃茄中丁				薑片
	金針菇				洗選蛋				
	紅K絲	紫菜黃瓜湯	大黃瓜片		板豆腐				
	大骨		紫菜		大骨				
			大骨		蔥花				

6/8 (一)		6/9 (二)		6/10 (三)		6/11 (四)		6/12 (五)	
麵	小烏龍麵	香鬆飯	白米	紫米飯	白米	地瓜飯	白米	銀絲卷	銀絲卷
			糙米		糙米		糙米		
義大利肉醬	絞肉		海苔香鬆		紫米		地瓜絲	京醬肉絲	肉絲
	蕃茄中丁							(乾)	洋蔥絲
	洋蔥中丁	黃金魚排	魚排	梅干扣肉	肉中丁	沙茶肉片	肉片		小瓜絲
	蘑菇片	★			軟骨丁		高麗菜片		白芝麻
	義式香料				梅干菜		鮑魚菇	台式炒麵	白油麵
		咖哩洋芋	絞肉		筍絲		紅片		液體蛋
冰滷翅腿	翅小腿		南瓜小丁				蔥段		木耳絲
	海帶結		洋芋小丁	豆皮三絲	小黃瓜絲				紅K絲
			洋蔥丁		金針菇	綿密蒸蛋	液體蛋		高麗菜絲
莧菜	莧菜		紅K小丁		豆皮切絲		玉米粒		蔥段
	金針菇		玉米粒		紅K絲				
	紅K絲				涼薯絲	空心菜	空心菜		
		莪白菜	莪白菜					A菜	A菜
玉米洋芋湯	玉米粒		紅K絲	青江菜	青江菜	味噌豆腐湯	非基改板豆腐		
	洋芋小丁						小魚干	關東煮湯	白K大丁
	大骨	鮮筍龍骨湯	筍片	海芽黃瓜湯	大黃瓜		洋蔥絲		甜不辣
			龍骨		海帶芽		味噌		海帶結
					大骨				大骨
									柴魚片

6/15 (一)		6/16 (二)		6/17 (三)		6/18 (四)		6/19 (五)	
胚芽飯	白米	燕麥飯	白米	五穀飯	白米	麵	白油麵		
	糙米		糙米		糙米				
	胚芽米		燕麥		五穀米	筍丁肉醬	絞肉		
							絞豆干		
五香雞腿	棒棒腿	普羅望斯嫩肉	肉大丁	豆瓣鮮魚	魚丁		筍丁		
	滷包		軟骨丁		非基改板豆腐		香菇丁		
			蕃茄中丁		蔥花紅K絲		紅K小丁		
玉米肉末	玉米粒		洋蔥中丁				小黃瓜絲		
	絞肉		彩椒菱片	回鍋肉片	高麗菜		紅蔥頭		

	白K小丁
	毛豆仁
	紅K小丁
油菜	油菜
	紅K絲
香菇冬瓜湯	冬瓜大丁
	鮮香菇
	大骨

客家小炒	豆干片
	泡魷魚
	洋芹菜片
	紅K片
	莧菜
	莧菜
	玉米粒
養生南瓜湯	南瓜中丁
	薑片
	大骨

	肉片
	西芹片
	紅K片
	木耳
空心菜	空心菜
福菜筍片湯	福菜
	鮮筍片
	大骨

迷迭香腿排	雞腿排
★	迷迭香
莪白菜	莪白菜
	紅K絲
綠豆西米露	綠豆
	西谷米
	二砂
	椰漿

6/22 (一)

薑黃飯	白米
	糙米
	薑黃粉
咖哩鳩蛋	鳩蛋*3
	洋蔥中丁
	洋芋中丁
	南瓜中丁
	紅k中丁
三杯豆腐	非基改板豆腐
	杏鮑菇
	鮮筍片
	九層塔
蝦皮高麗	高麗菜
	紅K絲
	蝦皮
黃瓜魚丸湯	大黃瓜
	花枝丸

6/23 (二)

麵	小烏龍麵
蕃茄肉醬	絞肉
	蕃茄中丁
	洋蔥中丁
	培根末
醬燒翅腿	翅小腿
	豆乾丁
青江菜	青江菜
	金針菇
玉米濃湯	玉米粒
	玉米醬
	洋芋小丁
	紅k小丁
	大骨

6/24 (三)

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
紅麴排骨	肉中丁
	軟排丁
	大白菜片
	鮑魚菇
	蔥段
螞蟻上樹	粉絲
	絞肉
	紅K絲
	黑木耳
	高麗菜
地瓜葉	地瓜葉
蛤蜊絲瓜湯	蛤蜊
	絲瓜
	薑片

6/25 (四)

香鬆飯	白米
	糙米
	海苔香鬆
卡滋魚排	魚排
★	
肉燥冬瓜	粗絞肉
	香菇丁
	冬瓜中丁
	絞醬瓜
莧菜	莧菜
	紅K絲
蕃茄蔬菜湯	高麗菜丁
	蕃茄中丁
	洋芋中丁
	雞骨
	洋香菜

6/26 (五)

雜糧飯	白米
	雜糧米
香菇燒雞	雞胸丁
	(幼)清雞丁
	鮮香菇
	白K大丁
壽喜肉片	肉片
	金針菇
	高麗菜
	茼蒿結
	紅K片
空心菜	空心菜
酸辣湯	板豆腐
	竹筍絲
	木耳絲
	紅K絲
	大骨

6/29 (一)

香蔥炒飯	白米
	蔥末
	玉米粒
	香菇丁
鐵板豬柳	豬肉條
	鮑魚菇
	綠豆芽
	紅K絲
	蔥段
芙蓉蒸蛋	液體蛋
	柴魚片
莪白菜	莪白菜
瓢瓜粉絲湯	瓢瓜條
	寬粉
	紅K絲
	大骨

註：若遇軟骨丁缺貨，則以肉中丁代替

永安國小午餐群組(永安·大直·吉林)104年6月份菜單~幼兒園

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	水果	全穀 根莖	豆魚 肉蛋	蔬菜	水果	油脂	熱量
1	一	地瓜飯	蕃茄炒嫩雞	家常豆腐	炒茼白菜	竹筍三絲湯	水果	4.1	2.2	1.4	1	2.5	660
2	二	油飯+糖醋排骨+蛋酥瓢瓜+紅絲高麗+紫菜黃瓜湯					水果	4.0	2.1	2.1	1	2.5	663
3	三	燕麥飯	塔香雞丁	木須肉片	炒地瓜葉	蕃茄蛋花湯	水果	4.0	2.3	1.7	1	2.5	668
4	四	小米飯	香料海鮮	狀元滷味	蒜香A菜	山粉圓甜湯	水果	4.0	2.1	1.3	1	2.5	643
5	五	五穀飯	蔥燒大排	泰式寬粉	清香油菜	冬瓜蚵仔湯	水果	4.5	2.3	1.5	1	2.5	698
8	一	義大利肉醬麵+冰滷翹腿+鮮菇莧菜+玉米洋芋湯					水果	4.4	2.2	1.5	1	2.5	683
9	二	香鬆飯	黃金魚排	咖哩肉醬	炒茼白菜	鮮筍龍骨湯	水果	4.4	2.0	1.3	1	2.5	663
10	三	紫米飯	梅干扣肉	豆皮三絲	炒青江菜	海芽黃瓜湯	水果	4.0	2.1	1.9	1	2.5	658
11	四	地瓜飯	沙茶肉片	綿密蒸蛋	炒空心菜	味噌豆腐湯	水果	4.1	2.4	1.3	1	2.5	672
12	五	銀絲卷+台式炒麵+京醬肉絲+蒜香A菜+關東煮湯					水果	4.5	2.1	1.7	1	2.5	688
15	一	胚芽飯	五香雞腿	玉米肉末	清香油菜	香菇冬瓜湯	水果	4.5	2.0	1.3	1	2.5	670
16	二	燕麥飯	普羅旺斯燉肉	客家小炒	玉米莧菜	養生南瓜湯	水果	4.4	2.4	1.4	1	2.5	696
17	三	五穀飯	豆瓣鮮魚	回鍋肉片	炒空心菜	福菜筍片湯	水果	4.0	2.3	1.7	1	2.5	668
18	四	筍丁肉醬拌麵+迷迭香腿排+炒茼白菜+綠豆西米露					水果	4.9	2.4	1.3	1	2.5	728
19	五	☺~端午節快樂~☺											
22	一	薑黃飯	咖哩鳩蛋*3	三杯豆腐	蝦皮高麗	黃瓜魚丸湯	水果	4.3	2.0	1.5	1	2.5	661
23	二	蕃茄肉醬拌麵+醬燒翹腿+炒青江菜+玉米濃湯					水果	4.3	2.4	1.4	1	2.5	689
24	三	胚芽飯	紅麴排骨	螞蟻上樹	炒地瓜葉	絲瓜蛤蠣湯	水果	4.5	2.1	1.7	1	2.5	688
25	四	香鬆飯	卡滋魚排	肉燥冬瓜	紅絲莧菜	蕃茄蔬菜湯	水果	4.1	2.0	1.6	1	2.5	650
26	五	雜糧飯	香菇燉雞	壽喜肉片	炒空心菜	酸辣湯	水果	4.5	2.2	1.8	1	2.5	698
29	一	香蔥炒飯+鐵板豬柳+芙蓉蒸蛋+炒茼白菜+瓢瓜粉絲湯					水果	4.2	2.3	1.3	1	2.5	672
30	二	~結業式~暑假快樂趣~											

§ 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、香蕉、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6月份菜單~素食

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	水果	全穀 根莖	豆魚 肉蛋	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量	
1	一	地瓜飯	家常豆腐	蕃茄燴蔬菜	炒莪白菜	竹筍三絲湯	水果	4.1	2.0	1.8	1		2.5	655	
2	二	油飯+糖醋肚片+鮮菇瓢瓜+紅絲高麗+紫菜黃瓜湯					水果	4.0	2.0	2.2	1		2.5	658	
3	三	燕麥飯	三杯豆干	小瓜三絲	炒地瓜葉	蕃茄羅宋湯	水果	4.0	2.0	2.1	1		2.5	655	
4	四	小米飯	狀元滷味	五彩青蔬	快炒A菜	山粉圓甜湯	鮮乳	4.0	2.0	2.1		1	2.5	715	
5	五	五穀飯	香椿百頁	蠔油鮮筍	清香油菜	玉米冬瓜湯	水果	4.1	2.0	2.2	1		2.5	665	
8	一	蕃茄拌麵+滷味雙拼+西芹海結+金茸莧菜+玉米洋芋湯					水果	4.4	2.0	2.2	1		2.5	686	
9	二	香鬆飯	紫蘇豆腐	南洋咖哩	炒莪白菜	香菇筍片湯	鮮乳	4.4	2.0	1.8		1	2.5	736	
10	三	紫米飯	鮮蔬豆包	梅乾筍絲	炒青江菜	海芽黃瓜湯	水果	4.0	2.0	2.0	1		2.5	653	
11	四	地瓜飯	回鍋干片	美白絲瓜	炒空心菜	味噌豆腐湯	水果	4.1	2.0	2.3	1		2.5	667	
12	五	銀絲卷+台式炒麵+京醬干絲+清香A菜+關東煮湯					水果	4.5	2.0	1.8	1		2.5	683	
15	一	胚芽飯	五香肚片	銀蘿玉米	清香油菜	香菇冬瓜湯	水果	4.5	2.0	1.5	1		2.5	675	
16	二	燕麥飯	客家小炒	義式燉蔬菜	玉米莧菜	養生南瓜湯	水果	4.4	2.0	1.9	1		2.5	678	
17	三	五穀飯	壽喜燒豆腐	塔香紫茄	炒空心菜	福菜筍片湯	水果	4.0	2.0	2.4	1		2.5	663	
18	四	筍丁酢醬拌麵+匈牙利麵腸+炒莪白菜+綠豆西米露					鮮乳	4.9	2.0	1.6		1	2.5	766	
19	五	☺~端午節快樂~☺													
22	一	薑黃飯	三杯豆腐	咖哩燉菜	紅絲高麗	紫菜黃瓜湯	水果	4.3	2.0	1.9	1		2.5	671	
23	二	蕃茄蘿勒拌麵+招牌滷豆干+脆炒鮮筍+炒青江菜+玉米濃湯					水果	4.3	2.0	1.9	1		2.5	671	
24	三	胚芽飯	紅麴百頁	螞蟻上樹	炒地瓜葉	絲瓜蛤蠣湯	水果	4.5	2.0	1.8	1		2.5	683	
25	四	香鬆飯	茄汁豆包	美白冬瓜	紅絲莧菜	蕃茄蔬菜湯	鮮乳	4.1	2.0	2.0		1	2.5	720	
26	五	雜糧飯	香菇素燒	脆炒雙茸	炒空心菜	酸辣湯	水果	4.5	2.0	2.2	1		2.5	693	
29	一	香椿炒飯+鐵板豆腐+四季彩椒+炒莪白菜+瓢瓜粉絲湯					水果	4.2	2.0	2.2	1		2.5	672	
30	二	~結業式~暑假快樂趣~													

§ 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、香蕉、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://foodtracetaipei.health.gov.tw/> 查詢。

~營養午餐意見欄~ ____年 ____班 ____號 姓名：_____

10406明細(素)

6/1 (一)		6/2 (二)		6/3 (三)		6/4 (四)		6/5 (五)	
地瓜飯	白米	油飯	白米	燕麥飯	白米	小米飯	白米	五穀飯	白米
	糙米		長糯米		糙米		糙米		糙米
	地瓜絲		素肉絲		燕麥		小米		五穀米
			香菇絲						
家常豆腐	非基改板豆腐		香菜	三杯豆干	大溪豆乾	狀元滷味	小四角豆干	香椿百頁	百頁豆腐
	鮮香菇				竹筍大丁		白茼蒿		黃豆芽
	玉米粒	糖醋肚片	素肚		杏鮑菇		海帶結		高麗菜
	紅K丁		彩椒片		九層塔		白K大丁		紅K絲
	毛豆仁		小黃瓜						
蕃茄燴蔬菜	牛蕃茄	鮮菇瓢瓜	瓢瓜條	小瓜三絲	小黃瓜絲	五彩青蔬	筍白筍	蠔油鮮筍	鮮筍片
	洋芋片		秀珍菇		金針菇		鮮香菇		鴻喜菇
	綠花椰		黑木耳		綠豆芽		玉米筍		鮮香菇
	木耳片		紅K片		生豆包		西洋芹		紅K絲
	生豆包		寬粉		紅K絲		紅K片		
									油菜
				地瓜葉	地瓜葉	A菜	A菜		油菜
莪白菜	莪白菜	高麗菜	高麗菜				紅K絲		
			紅K絲					玉米冬瓜湯	冬瓜大丁
				蕃茄羅宋湯	蕃茄中丁				玉米段
竹筍三絲湯	鮮筍絲				板豆腐	山粉圓甜湯	山粉圓		薑片
	金針菇	紫菜黃瓜湯	大黃瓜片		高麗菜		冬瓜磚		
	紅K絲		紫菜						

6/8 (一)		6/9 (二)		6/10 (三)		6/11 (四)		6/12 (五)	
蕃茄拌麵	小烏龍麵	香鬆飯	白米	紫米飯	白米	地瓜飯	白米	銀絲卷	銀絲卷
	蕃茄中丁		糙米		糙米		糙米		
	玉米筍		海苔香鬆		紫米		地瓜絲	京醬干絲	粗干絲
	蘑菇片							(乾)	彩椒絲
	義式香料	紫蘇豆腐	板豆腐	鮮蔬豆包	生豆包	回鍋干片	豆干片		小瓜絲
		★	杏鮑菇		小黃瓜絲		高麗菜片		白芝麻
滷味雙拼	素雞		紫蘇粉		金針菇		鮑魚菇		
	蘭花乾				紅K絲		紅片	台式炒麵	白油麵
	白蘿蔔	南洋咖哩	南瓜						香菇絲
			洋芋	梅乾筍絲	梅乾菜	美白絲瓜	絲瓜		木耳絲
西芹海結	海帶結		綠花椰		筍絲		珊瑚菇		紅K絲
	西芹		紅蘿蔔		小四角油腐		紅K絲		高麗菜絲
	紅K絲		玉米粒				寬粉		
			椰漿	青江菜	青江菜				A菜
莧菜	莧菜					空心菜	空心菜		A菜
	金針菇	莪白菜	莪白菜	海芽黃瓜湯	大黃瓜			關東煮湯	白k大丁
			紅K絲		海帶芽	味噌豆腐湯	非基改板豆腐		茼蒿素丸
玉米洋芋湯	玉米粒						海帶絲		海帶結
	洋芋小丁	香菇筍片湯	筍片				味噌		
			鮮香菇						

6/15 (一)		6/16 (二)		6/17 (三)		6/18 (四)		6/19 (五)	
胚芽飯	白米	燕麥飯	白米	五穀飯	白米	麵	白油麵		
	糙米		糙米		糙米				
	胚芽米		燕麥		五穀米	筍丁酢醬	絞豆干		
							筍丁		
五香肚片	素肚	客家小炒	豆干片	壽喜燒豆腐	非基改板豆腐		香菇丁		
	大溪豆乾		白茼蒿		高麗菜		紅K小丁		
	金針菇		西芹片		金針菇		小黃瓜絲		
	香菜		紅K片		紅K片				
						匈牙利麵腸	麵腸		
銀蘿玉米	玉米粒	義式燉蔬菜	牛蕃茄	塔香紫茄	茄子		佛手瓜		
	素絞肉		洋芋		九層塔		黑木耳		
	白K小丁		綠花椰				鮑魚菇		

	毛豆仁
	紅K小丁
油菜	油菜
	紅K絲
香菇冬瓜湯	冬瓜大丁
	鮮香菇

	甜椒
	筍白筍
莧菜	莧菜
	玉米粒
養生南瓜湯	南瓜中丁
	薑片

空心菜	空心菜
福菜筍片湯	福菜
	鮮筍片

莪白菜	莪白菜
	紅K絲
綠豆西米露	綠豆
	西谷米
	二砂
	椰漿

6/22 (一)

薑黃飯	白米
	糙米
	薑黃粉
三杯豆腐	非基改板豆腐
	杏鮑菇
	鮮筍片
	九層塔
咖哩嫩菜	綠花椰
	洋芋中丁
	南瓜中丁
	紅K中丁
	秀珍菇
高麗菜	高麗菜
	紅K絲
紫菜黃瓜湯	大黃瓜
	紫菜

6/23 (二)

蕃茄蘿勒拌麵	小烏龍麵
	蕃茄中丁
	洋菇片
	玉米筍
	毛豆仁
招牌滷豆干	小豆干
	海帶結
脆炒鮮筍	竹筍絲
	香菇絲
	紅K絲
	青椒絲
青江菜	青江菜
	金針菇
玉米濃湯	玉米粒
	玉米醬
	洋芋小丁
	紅K小丁

6/24 (三)

胚芽飯	白米
	糙米
	胚芽米
紅麴百頁	百頁豆腐
	大白菜片
	鮑魚菇
螞蟻上樹	粉絲
	素絞肉
	紅K絲
	黑木耳
	高麗菜
地瓜葉	地瓜葉
豆皮絲瓜湯	生豆包
	絲瓜
	薑片

6/25 (四)

香鬆飯	白米
	糙米
	海苔香鬆
茄汁豆包	豆包
	彩椒
	西芹
美白冬瓜	冬瓜厚片
	杏鮑菇
	素火腿
	黑木耳
	紅K片
莧菜	莧菜
	紅K絲
蕃茄蔬菜湯	高麗菜丁
	蕃茄中丁
	洋芋中丁
	洋香菜

6/26 (五)

雜糧飯	白米
	雜糧米
香菇素燒	大溪豆干
	蒟蒻結
	鮮香菇
	白K大丁
脆炒雙茸	海茸
	金針菇
	高麗菜
	紅K絲
	芹菜段
空心菜	空心菜
酸辣湯	板豆腐
	竹筍絲
	木耳絲
	紅K絲
	牛蕃茄

6/29 (一)

香椿炒飯	白米
	鮮香菇
	玉米粒
	香椿
鐵板豆腐	三角油豆腐
	鮑魚菇
	綠豆芽
	紅K絲
四季彩椒	四季豆
	彩椒
	筍白筍
	白木耳
莪白菜	莪白菜
瓢瓜粉絲湯	瓢瓜條
	寬粉
	紅K絲