



*本公司全而使用精製玉米及豆製品,嚴謹安心使用 *本菜單含有蝦、花生、物製品、蛋及蛋製品、芝麻、果乾粉及其製品、堅果類及其製品、含麩質蛋白之穀物、大豆及其製品、鱈魚等魚類, 不適合某些過敏者食用**0消費者服務專線: (02)2276-3714 e-mail: 147305@gmail.com ©營養師: 陳淑敏(營養師第 007876)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	水果	點心	油類	糖類		
2	一	運動會補假										
3	二	白飯 <small>白米</small>	蕃茄燴雞 <small>雞肉, 蕃茄, 洋蔥, 義式香料-燒</small>	客家小炒 <small>芹菜, 豆干, 肉絲, 魷魚-炒</small>	螞蟻上樹 <small>高麗, 絞肉, 粉絲-炒</small>	有機蔬菜 白玉排骨湯 <small>白蘿蔔, 湯排</small>	水果	5	2.6	2.3	2.2	701.5
4	三	雜糧飯 <small>雜糧, 白米</small>	橙醬果香魚 <small>魚肉, 彩椒-燒</small>	腐乳白玉雞 <small>雞肉, 白蘿蔔, 蔬菜-煮</small>	紅片花椰 <small>花椰, 紅蘿蔔-煮</small>	產銷履歷 金菇雞湯 <small>金菇, 雞肉</small>		5.5	2.4	2	2.3	718.5
5	四	雪白菇炒飯 <small>蔥, 豬絞肉, 雪白菇, 蔬菜, 白米</small>	烤雞翅 <small>雞翅-烤</small>	★炸薯球 <small>薯球-炸 每人6個</small>	銀芽肉絲 <small>豆芽, 豬肉絲, 木耳-炒</small>	產銷履歷 鯉魚味噌湯 <small>柴片, 洋蔥, 豆腐</small>	水果	5.6	2.6	2	2.7	758.5
6	五	白飯 <small>白米</small>	油豆腐滷味 <small>油豆腐, 蘿蔔-油</small>	蒸蛋 <small>雞蛋, 蔬菜-蒸</small>	金沙竹筍 <small>竹筍, 鹹蛋黃, 蔬菜-炒</small>	產銷履歷 雙結大骨湯 <small>結菜, 海結, 湯排</small>		5	2.5	2.2	2.4	700.5
9	一	葷菇白醬 義大利麵 <small>鮮菇, 鹹豬肉, 洋蔥, 義大利麵</small>	檸香翅小腿 <small>翅小腿-烤 每人2隻</small>	★炸柳葉魚 <small>柳葉魚-炸 每人2條</small>	豆酥高麗 <small>高麗, 紅蘿蔔, 豆酥-炒</small>	產銷履歷 洋芋濃湯 <small>洋芋, 雞蛋, 蔬菜</small>		5.3	2.7	2	2.7	745
10	二	燕麥飯 <small>燕麥, 白米</small>	照燒豬排 <small>豬排-燒</small>	芋香鮮筍 <small>鴨蛋, 芋頭, 筍子, 木耳-煮 每人2個</small>	香菇玉米 <small>玉米粒, 青豆, 鮮菇, 紅蘿蔔-煮</small>	有機蔬菜 海芽豆腐湯 <small>海芽, 豆腐, 蔬菜</small>	水果	5.2	2.5	2.2	2.6	723.5
11	三	白飯 <small>白米</small>	腰果玉米雞 <small>雞肉, 玉米, 紅蘿蔔, 腰果-煮</small>	鮑菇肉柳 <small>豬肉柳, 鮑菇, 蔬菜-煮</small>	蒲瓜鮮菇 <small>蒲瓜, 蔬菜, 鮮菇-煮</small>	產銷履歷 冬菜粉絲湯 <small>冬菜, 肉絲, 粉絲</small>		5.3	2.4	2.3	2.4	716.5
12	四	芝麻飯 <small>芝麻, 白米</small>	南瓜豆腐煲 <small>南瓜, 豆腐-煮</small>	紅茶滷蛋 <small>雞蛋-油</small>	蘿蔔關東煮 <small>白蘿蔔, 玉米筍, 海帶結-煮</small>	產銷履歷 蕃茄羅宋湯 <small>番茄, 洋蔥, 高麗, 絞肉</small>	水果	5	2.5	2.3	2.4	703
13	五	白飯 <small>白米</small>	柴香雞丁 <small>雞肉, 小黃瓜-燒</small>	豬腳滷白菜 <small>大白菜, 豬腳, 木耳-煮</small>	洋蔥歐姆蛋 <small>洋蔥, 蔬菜, 雞蛋-炒</small>	產銷履歷 冬瓜排骨湯 <small>冬瓜, 湯排, 枸杞</small>		5	2.6	2.3	2.5	715
16	一	香蔥肉燥 擔仔麵 <small>芽菜, 豬絞肉, 韭菜, 蔬菜, 麵</small>	叉燒肉 <small>叉燒肉條-烤 每人4條</small>	白醬洋芋雞球 <small>雞肉, 洋芋, 蔬菜, 奶粉-煮</small>	昆布彩絲 <small>海帶絲, 蔬菜, 紅蘿蔔-炒</small>	產銷履歷 酸菜鴨 <small>酸菜, 鴨肉</small>		5.2	2.6	2	2.5	721.5
17	二	白飯 <small>白米</small>	三杯凍腐 <small>凍豆腐, 竹筍, 九層塔-炒</small>	蘿蔔糕 <small>蘿蔔糕-煎 每人2片</small>	清炒高麗 <small>高麗, 木耳-炒</small>	有機蔬菜 玉米濃湯 <small>玉米, 蔬菜, 雞蛋</small>	水果	5.3	2.5	2.3	2.4	724
18	三	糙米飯 <small>糙米, 白米</small>	墨西哥燉肉 <small>豬肉, 洋芋, 毛豆-燒</small>	沙茶魷魚花 <small>豆干片, 西洋, 魷魚-炒</small>	彩繪鮑菇 <small>蘿蔔, 鮑菇, 蔬菜-炒</small>	產銷履歷 大瓜肉絲湯 <small>大瓜, 肉絲</small>		5.1	2.4	2.3	2.5	707
19	四	紫米飯 <small>紫米, 白米</small>	蜜汁雞排 <small>雞排-烤</small>	紅蘿蔔炒蛋 <small>雞蛋, 紅蘿蔔, 蔬菜-炒</small>	雙色花椰 <small>花椰菜, 木耳-煮</small>	產銷履歷 芹香蘿蔔湯 <small>芹珠, 蘿蔔</small>	水果	5	2.5	2	2.7	709
20	五	地瓜飯 <small>地瓜, 白米</small>	蘿蔔燒豬 <small>豬肉, 蘿蔔-煮</small>	麻油鮑菇雞 <small>雞肉, 凍豆腐, 鮑菇-煮</small>	鮮瓜玉米筍 <small>鮮瓜, 蔬菜, 玉米筍-煮</small>	產銷履歷 冬至鹹湯圓 <small>絞肉, 小湯圓, 大白菜</small>		5.5	2.5	2	2.4	730.5
23	一	白飯 <small>白米</small>	咖哩豆腸 <small>豆腸, 洋芋, 紅蘿蔔-燒</small>	玉米嫩蛋 <small>雞蛋, 玉米, 菇-煮</small>	鯉魚蔬菜燒 <small>柴魚片, 蘿蔔, 蔬菜-煮</small>	產銷履歷 刈菜雞湯 <small>刈菜, 雞肉</small>		5.7	2.5	2.2	2.4	749.5
24	二	打拋豬 義大利麵 <small>豬絞肉, 洋蔥, 九層塔, 蕃茄, 義大利麵</small>	烤雞腿 <small>雞腿-烤</small>	★炸玉米餅 <small>玉米奶滋餅-炸 每人2個</small>	蛋酥白菜 <small>白菜, 雞蛋, 紅蘿蔔-煮</small>	有機蔬菜 小魚味噌湯 <small>洋蔥, 小魚乾, 豆腐</small>	水果	5.1	2.5	2	2.6	711.5
25	三	五穀飯 <small>五穀米, 白米</small>	鳳梨糖醋肉 <small>豬肉, 鳳梨, 洋蔥-燒</small>	炸醬鵪鶉蛋 <small>鵪鶉蛋, 豆干, 絞肉-煮 每人2個</small>	雲耳鮮筍 <small>竹筍, 鮮菇, 木耳-煮</small>	產銷履歷 紫菜蛋花湯 <small>紫菜, 玉米, 雞蛋</small>		5.3	2.5	2.3	2.4	724
26	四	白飯 <small>白米</small>	小菇煨雞 <small>雞肉, 鮮菇-煮</small>	芋頭燒豬 <small>豬肉, 芋頭, 蔬菜-燒</small>	蠔油素雞片 <small>蔬菜, 素雞片-煮</small>	產銷履歷 大滷清湯 <small>豆腐, 肉絲, 蔬菜</small>	水果	5.2	2.5	2	2.4	709.5
27	五	胚芽飯 <small>胚芽, 白米</small>	杏香豬排 <small>豬排, 杏仁片-燒</small>	三杯鮑菇油腐 <small>蔬菜, 鮑菇, 油腐, 九層塔-煮</small>	清炒黃瓜 <small>大黃瓜, 蔬菜, 枸杞-煮</small>	產銷履歷 山藥湯 <small>山藥, 蔬菜</small>		5.3	2.4	2	2.3	704.5
30	一	香菇油飯 <small>紅蔥, 香菇, 肉絲, 糯米, 白米</small>	烤雞翅 <small>雞翅-烤</small>	鹹豬肉炒高麗 <small>高麗, 鹹豬肉, 蔬菜-炒</small>	脆炒洋芋 <small>洋芋, 紅蘿蔔-炒</small>	產銷履歷 沙茶 香菇赤肉湯 <small>香菇, 筍絲, 肉片</small>		5.5	2.6	2	2.4	738
31	二	白飯 <small>白米</small>	花生豬腳 <small>豬腳, 豬肉, 花生-滷</small>	西紅柿炒蛋 <small>雞蛋, 番茄, 豆腐-炒</small>	塔香海根 <small>九層塔, 海根, 肉絲-炒</small>	有機蔬菜 結菜雞湯 <small>結菜, 蔬菜, 雞肉</small>	水果	5	2.6	2.3	2.5	715