



\*本公司全面使用綠標玉米及豆製品,敬請安心使用 \*本菜單含有蝦、花生、魷製品、蛋及蛋製品、芝麻、葵花籽及其製品、堅果類及其製品、含麩類蛋白之穀物、大豆及其製品、鱈魚等魚類,不適合其過敏體質者食用\*\*◎消費者服務專線:(02)2996-9305 傳真:(02)2276-3714 e-mail: khf9305@gmail.com◎營養師:(營養字號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	五穀米	四菜五果	蔬食	油類	糖類	
2	一	 運動會補假										
3	二	雪白菇炒飯 <small>蔬菜,雪白菇,白米</small>	塔香豆雞片 <small>九層塔,木耳,豆雞片-煮</small>	刈包,花生粉 <small>刈包,花生粉-蒸</small>	腰片白菜 <small>白菜,素腰花,蘿蔔-煮</small>	有機蔬菜 味噌湯 <small>味噌,蔬菜,豆腐</small>	水果	5.0	2.7	2.3	2.5	723
4	三	白飯 <small>白米</small>	煙燻素茶鵝 <small>素茶鵝-煮</small>	椒香銀芽 <small>黑胡椒,豆芽,時蔬-炒</small>	糖醋豆腐 <small>鳳梨,蔬菜,油豆腐-煮</small>	產銷履歷 蕃茄,洋芋,高麗菜,蔬菜		5.1	2.7	2.3	2.4	725
5	四	小米飯 <small>小米,白米</small>	咖哩凍腐 <small>洋芋,凍豆腐-煮</small>	彩蔬鮮瓜 <small>菇類,鮮瓜-煮</small>	沙茶粉絲煲 <small>素沙茶,粉絲,蔬菜-煮</small>	產銷履歷 結頭菜,素丸	水果	5.2	2.8	2.2	2.3	733
6	五	白飯 <small>白米</small>	梅香素五花 <small>梅菜,素五花-煮</small>	泰式打拋肉燥 <small>玉米,素絞肉,番茄-炒</small>	齋香茄子 <small>茄子-煮</small>	產銷履歷 海芽,高麗菜		5.0	2.8	2.3	2.5	730
9	一	海苔香鬆蓋飯 <small>海苔香鬆,白米</small>	金瓜燉雞丁 <small>南瓜,素雞丁-煮</small>	塔香凍腐 <small>青豆,凍豆腐-煮</small>	翠綠海根 <small>海帶根,芹菜-煮</small>	產銷履歷 黃瓜,鮮菇		5.2	2.8	2.0	2.3	728
10	二	燕麥飯 <small>燕麥,白米</small>	炸素蚵仔酥 <small>素蚵酥-炸</small>	麵輪香菇 <small>花生,麵輪,香菇-煮</small>	紅絲竹筍 <small>紅蘿蔔,竹筍-炒</small>	有機蔬菜 寬版條,蔬菜	水果	5.2	2.7	2.3	2.2	723
11	三	白飯 <small>白米</small>	紅燒素排骨 <small>素排骨-煮</small>	豆酥條豆 <small>豆酥,紅蘿蔔,條豆-煮</small>	紹子豆腐 <small>豆腐,蔬菜-煮</small>	產銷履歷 白菜,蔬菜,素丸		5.4	2.8	2.2	2.2	727
12	四	葷菇白醬義大利麵 <small>鮮菇,蔬菜,麵</small>	紅燒素雞腿 <small>素雞腿-煮</small>	蓮藕素肉片 <small>蓮藕片,素肉-燒</small>	奶香銀絲卷 <small>銀絲卷-蒸</small>	產銷履歷 洋芋,時蔬	水果	5.4	2.7	2.3	2.2	737
13	五	白飯 <small>白米</small>	糖醋骰子腐 <small>油豆腐,彩椒-煮</small>	客家小炒 <small>素肉絲,芹菜,豆干-炒</small>	雙色花椰 <small>玉米筍,花椰菜-炒</small>	產銷履歷 紫菜,蔬菜		5.5	2.5	2.4	2.2	732
16	一	鮮蔬什錦麵 <small>高麗,蔬菜,麵</small>	炸香雞堡 <small>素雞排-炸</small>	檸檬豆捲 <small>小黃瓜,檸檬,豆捲-煮</small>	芝香條豆 <small>芝麻,條豆-炒</small>	產銷履歷 豆腐,高麗		5.3	2.8	2.4	2.2	725
17	二	白飯 <small>白米</small>	芝麻素排骨 <small>芝麻,素排骨,蔬菜-煮</small>	咖哩三寶齋 <small>馬鈴薯,蘿蔔,素丸子-煮</small>	花生豆干 <small>花生,海苔,豆干-油</small>	有機蔬菜 紫菜,高麗菜	水果	5.3	2.7	2.5	2.2	735
18	三	糙米飯 <small>糙米,白米</small>	茄汁豆包 <small>豆包,番茄-煮</small>	彩燴鮑菇 <small>蘿蔔,鮑菇,蔬菜-炒</small>	三杯麵腸 <small>九層塔,麵腸-煮</small>	產銷履歷 竹筍,金針菇,時蔬		4.9	2.8	2.1	2.8	732
19	四	紫米飯 <small>紫米,白米</small>	紅燒素獅頭 <small>素獅子頭-煮</small>	蒲瓜鮮蔬 <small>蒲瓜,蔬菜-煮</small>	香菇燻油腐 <small>香菇,蔬菜,油豆腐-油</small>	產銷履歷 番茄,豆皮,白菜	水果	5.0	2.7	2.3	2.5	723
20	五	地瓜飯 <small>地瓜,白米</small>	甜醬煮麵腸 <small>甜醬,麵腸-煮</small>	寧波年糕 <small>大白菜,年糕-炒</small>	水蓮素肚片 <small>水蓮,素肚,蔬菜-炒</small>	產銷履歷 湯圓,蔬菜		5.1	2.7	2.3	2.4	725
23	一	白飯 <small>白米</small>	芋香蜜素肉 <small>芋頭,素肉-煮</small>	針菇竹筍 <small>金針菇,木耳,竹筍-炒</small>	豆瓣干丁 <small>毛豆,豆瓣醬,豆干-炒</small>	產銷履歷 結頭,蔬菜		5.5	2.5	2.4	2.2	732
24	二	燕麥飯 <small>燕麥,白米</small>	大溪黑豆干 <small>大溪黑豆干-煮</small>	麻婆豆腐 <small>豆腐,蔬菜-煮</small>	芹炒鮑菇 <small>西芹,鮑菇,蔬菜-炒</small>	有機蔬菜 南瓜,蔬菜,豆包	水果	5.3	2.8	2.4	2.2	725
25	三	五穀飯 <small>五穀米,白米</small>	紅燒素肉排 <small>素肉排-煮</small>	鮮蔬粉絲煲 <small>高麗菜,木耳,粉絲-炒</small>	彩椒豆捲片 <small>彩椒,豆捲片-煮</small>	產銷履歷 紫菜,蘿蔔		5.2	2.8	2.2	2.3	733
26	四	白飯 <small>白米</small>	麻油素雞丁 <small>高麗,枸杞,素雞丁-煮</small>	蠔油豆雞片 <small>蔬菜,豆雞片-煮</small>	咖哩什錦 <small>馬鈴薯,蔬菜-煮</small>	產銷履歷 味噌,蔬菜,豆腐	水果	5.0	2.8	2.3	2.5	730
27	五	日式烏龍麵 <small>蔬菜,蘿蔔,烏龍麵</small>	炸小饅頭 <small>小饅頭-炸 每人2個</small>	麻香素腰花 <small>素腰花-煮</small>	時蔬高麗 <small>高麗,蔬菜,豆包段-煮</small>	產銷履歷 蘿蔔,蔬菜		5.0	2.7	2.3	2.5	723
30	一	糙米飯 <small>白米,糙米</small>	蕃茄豆腐 <small>豆腐,番茄-煮</small>	花生麵筋 <small>花生,麵筋-煮</small>	栗子煲素腸 <small>栗子,麵腸,小黃瓜-燒</small>	產銷履歷 金針,蔬菜		5.1	2.7	2.3	2.4	725
31	二	白飯 <small>白米</small>	宮保烤麩 <small>花生,烤麩-燒</small>	豆絲花菜 <small>豆皮絲,花椰菜-炒</small>	雪菜炒干丁 <small>雪菜,豆干丁-炒</small>	有機蔬菜 結菜,菇類	水果	5.5	2.5	2.4	2.2	732