

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	鈣含量 (mg)	全脂 鮮奶 (g)	豆角 蛋白 (g)	蔬菜 (g)	油脂 (g)	水果 (g)	乳品 (g)	熱量 (大卡)
01	一	招牌油飯 糙米+祥圃豬肉+時蔬-蒸	台式豬排X1 豬排-滷(每人X1·約65-75g)	香滷拼盤 豆干+時蔬-滷	清煮蘿蔔 蘿蔔+玉米+時蔬-燒	青菜	薑絲鮮瓜湯 瓜+薑絲-煮		88	6.5	3.0	2.0	2.0			853
02	二	糙米飯 白米+糙米-蒸(8.5:1.5)	蔥燒豬肉 祥圃豬肉+時蔬-燒	紅絲小魚炒蛋 蛋+吻仔魚+時蔬-炒	繽紛花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	◎燒仙草 仙草+地瓜圓+芋圓+蜜豆-煮		125	6.3	2.8	2.0	2.9			863

~~校慶補假.清明節.兒童節放假~~

08	一	五穀飯 白米+五穀米-蒸(8.5:1.5)	蠔油燉雞 雞肉+時蔬-煮	蔥燒豆皮豬 祥圃豬肉+豆皮+時蔬-煮	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	招牌麵線 麵線+時蔬+柴魚片-煮		407	6.6	3.0	2.0	2.9			901
09	二	DIY 乾拌麵疙瘩 麵疙瘩+時蔬-煮	★轟炸雞翅X1 三節雞翅-炸(每人X1·約65-75g)	古早味肉燥 祥圃豬肉+豆干+黃豆+香菇-煮	燉煮蘿蔔 蘿蔔+時蔬-燒	青菜	什錦鮮蔬湯 時蔬-煮		95	6.4	2.9	2.0	3.0			883
10	三	有機飯 有機米-蒸	鮮蔬燉豬肉 祥圃豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	日式蒸蛋 蛋-蒸	木須炒筍 筍+木耳+時蔬-炒	有機 蔬菜	香菇雞湯 香菇+雞肉+薑絲-煮		213	6.3	3.0	2.0	2.8			934
11	四	麥片飯 白米+麥片-蒸(8.5:1.5)	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	★地瓜薯條X5 地瓜薯條-炸	爆炒有機高麗菜 高麗菜+時蔬-炒	青菜	金針肉絲湯 祥圃豬肉+金針花+時蔬-煮		97	6.5	3.0	2.0	2.9			931
12	五	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸(8.5:1.5)	◆紅燒鮮魚 魚+時蔬-煮	嫩汁雞排X1 雞排-燒(每人X1·約65-75g)	打拋四季 四季豆+祥圃豬肉+時蔬-炒	有機 蔬菜	◎黑糖包心圓 包心圓+QQ圓+黑糖-煮	鮮奶	402	6.3	2.8	1.9	2.9		1.0	861
15	一	小米飯 白米+小米-蒸(8.5:1.5)	蜜香豬排X1 豬排-燒(每人X1·約65-75g)	香菇白菜雞 雞肉+白菜+香菇+時蔬-燒	香炒鮮瓜 瓜+時蔬-炒	青菜	豆腐味噌湯 味噌+豆腐-煮		367	6.2	3.0	1.9	3.0			933
16	二	五穀飯 白米+五穀米-蒸(8.5:1.5)	印尼醬燒豬 祥圃豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹽酥雞X3 雞肉-炸	芝香芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	紫米薏仁湯 黑糯米+小薏仁+椰奶-煮		146	6.4	2.9	1.9	2.9			876
17	三	有機飯 有機米-蒸	西式燉雞 雞肉+時蔬-煮	玉米干丁 豆干+玉米+毛豆-煮	脆炒白菜 大白菜+時蔬-炒	有機 蔬菜	蘿蔔排骨湯 排骨+蘿蔔-煮	水果	89	6.3	2.8	2.0	3.0	1.0		928
18	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸(8.5:1.5)	野菜燒肉 祥圃豬肉+時蔬-燒	蕈菇炒蛋 菇+蛋-煮	紅仁甘藍 高麗菜+時蔬-炒	有機 蔬菜	鮮蔬洋芋湯 馬鈴薯+時蔬-煮		417	6.3	3.2	2.0	2.8			874
19	五	番茄肉醬 義大利麵 麵+時蔬-煮	香烤翅小腿X2 翅小腿-烤(每人X2,約80g)	★薯球X4 薯球-炸	彩繪花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機 蔬菜	蘑菇濃湯 菇+時蔬-煮		88	6.3	2.9	2.0	2.8			866

~全中運停課~

26	五	燕麥飯 白米+燕麥-蒸(8.5:1.5)	家鄉滷肉 祥圃豬肉+時蔬-滷	★◎麥克雞塊X2 雞塊-炸	蒜炒有機高麗菜 高麗菜+時蔬-炒	青菜	薑絲海芽湯 海芽+薑-煮	鮮奶	72	6.5	2.9	2.0	2.9		1.0	881
29	一	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸(8.5:1.5)	馬鈴薯燉雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	◎餡餅X1 豬肉餡餅-烤	香炒四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚片-煮	履歷 豆漿	403	6.4	3.2	2.0	2.9			879
30	二	五穀飯 白米+五穀米-蒸(8.5:1.5)	叉燒豬排X1 豬排-滷(每人X1·約65-75g)	茄汁豆皮 豆皮+時蔬-煮	鮮炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	青菜	芹香米粉湯 祥圃豬肉+米粉+時蔬-煮		97	6.5	3.0	2.0	2.9			931

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食物」

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

主菜種類(次/月)			主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)				其他分析(次/月)			
豆類 及其 製品	魚肉 及海 鮮	豬 肉	雞 肉	生鮮食材	調理食品	加工食品				油炸品	甜湯	
						魚.肉類	其他	次	次			
次	次	次	次	次	次			次	次	次	次	
0	1	8	6	15	0			2	0	5	3	