

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	產銷履歷蔬菜	魚類	肉類	蛋類	豆類	水果類	乳品類	熱帶(大卡)	三溫10
11/1	一	香Q米飯 白米/煮	洋芋燉雞 雞丁(C)、洋芋(0)/煮	高麗菜炒豬肉 高麗菜(0)、肉絲(0)、香菇(0)/炒	沙茶海帶雙絲 海帶絲、非基改白干絲/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙、炒	扁蒲排骨湯 扁蒲、排骨丁(C)	5.4	2.4	1.9	2.7			727	V
11/2	二	糙米飯 白米、糙米/煮	白菜肉片 肉片(0)、大白菜(0)/煮	豆薯炒蛋 豆薯(0)、雞蛋(0)/炒	香干肉燥 非基改豆干、絞肉(0)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	金針粉絲湯 金針、冬粉、肉絲(0)	5.4	2.5	1.7	2.7		鮮奶	790	V
11/3	三	招牌炒麵 油麵、肉絲(0)、高麗菜/炒	香嫩雞排 雞排(C)/滷	鮮炒大瓜 大黃瓜(0)、紅蘿蔔(0)/煮	芝麻包 芝麻包(C)*1/蒸	生產追溯蔬菜 青菜(0)/燙、炒	味噌豆腐湯 非基改豆腐、紫菜	5.4	2.4	1.7	2.6			718	V
11/4	四	燕麥米飯 白米、燕麥/煮	蔥燒魚丁 魚丁(C)、非基改豆腐/燒	醬拌銀芽豬 豆芽菜(0)、肉絲(0)/炒	雞薯雙拼 地瓜薯條(0)*2、雞塊(C)*1/炸	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	香菇雞湯 香菇、雞丁(C)	5.4	2.4	1.8	2.8			729	V
11/5	五	白米飯 白米/煮	白玉燒肉 肉丁(0)、白蘿蔔/煮	竹筍肉絲 竹筍、肉絲(0)/炒	麻婆豆腐 非基改豆腐、絞肉(0)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁	5.5	2.6	1.8	2.6			742	V
11/8	一	香Q米飯 白米/煮	唐揚雞 雞丁(C)、非基改百頁豆腐/炸	紅娘炒蛋 紅蘿蔔(0)、雞蛋(0)/炒	冬瓜香菇燒 冬瓜(0)、香菇(0)/燒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙、炒	南瓜濃湯 南瓜、三色丁(C)、魚板絲	5.4	2.4	2	2.8			734	V
11/9	二	糙米飯 白米、糙米/煮	照燒豬排 豬排(0)/燒	彩繪玉珠 玉米粒(C)、三色丁(C)/煮	塔香茄子 茄子(0)、絞肉(0)、九層塔/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	田園蔬菜湯 高麗菜、金針菇	5.3	2.5	1.8	2.8		鮮奶	790	V
11/10	三	白米飯 白米/煮	酥炸雞翅 雞翅(C)/炸	小瓜肉片 小黃瓜(C)、肉片(0)/炒	番茄炒蛋 番茄(0)、雞蛋(0)/炒	生產追溯蔬菜 青菜(0)/燙、炒	酸辣湯 非基改豆腐、木耳、紅蘿蔔	5.6	2.3	1.5	2.8			728	V
11/11	四	紫米飯 白米、紫米/煮	肉燥油腐 絞肉(0)、非基改豆腐/煮	扁蒲茼蒿 扁蒲(0)、茼蒿/炒	螞蟻上樹 冬粉、絞肉(0)、高麗菜(0)、紅蘿蔔(0)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	野菇涼薯湯 涼薯、金針菇	5.5	2.5	1.7	2.8	1		801	V
11/12	五	白米飯 白米/煮	彩蔬雞丁 雞丁(C)、彩椒(0)/炒	鮮菇蒸蛋 雞蛋(0)、鮮菇(0)/蒸	咖哩洋芋 洋芋(0)、紅蘿蔔(0)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	竹筍肉片湯 筍片、肉片(0)	5.4	2.4	1.8	2.5			716	V
11/15	一	香Q米飯 白米/煮	孜然馬鈴薯燉肉 肉丁(0)、洋芋(0)/燒	白菜豆腐煲 大白菜(0)、非基改豆腐/煮	紅燒海茸 海茸、肉絲(0)/煮	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙、炒	玉米排骨湯 玉米段、排骨丁(C)	5.4	2.4	2	2.7			730	V
11/16	二	糙米飯 白米、糙米/煮	醋溜翅小腿 翅小腿(C)*2/燒	肉片高麗菜 高麗菜(0)、肉片(0)/炒	蠔油素雞 非基改素雞/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	魷魚羹湯 魷魚羹、木耳、紅蘿蔔	5.4	2.5	1.9	2.7		鮮奶	795	V
11/17	三	白米飯 白米/煮	黃金豬排 豬排(0)/炸	義式肉醬 絞肉(0)、洋蔥/煮	蘿蔔燒麵輪 蘿蔔(0)、麵輪/燒	生產追溯蔬菜 青菜(0)/燙、炒	海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋(0)	5.4	2.4	1.8	2.8			729	V
11/18	四	薏仁米飯 白米、薏仁/煮	酥炸魚排 魚排(0)/炸	翠瓜黑輪 大黃瓜(0)、黑輪(C)/煮	碎干肉燥 絞肉(0)、非基改豆干/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	冬瓜菇菇湯 冬瓜、金針菇	5.4	2.4	1.8	2.8			729	V
11/19	五	白米飯 白米/煮	麻油雞 雞丁(C)、高麗菜(0)/煮	魚香茄子 茄子(0)、絞肉(0)/炒	福州丸 福州丸(C)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	芋頭西米露 芋頭、西谷米	5.5	2.6	1.8	2.6			742	V
11/20	六	白米飯 白米/煮	打拋肉 絞肉(0)、洋蔥、九層塔/煮	脆薯炒肉絲 涼薯(0)、肉絲(0)/炒	香脆翅小腿 翅小腿(C)*2/炸	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	大滷湯 非基改豆腐、紅蘿蔔	5.4	2.3	2	2.8			727	V
11/22	一	白米飯 白米/煮	彩椒肉片 肉片(0)、彩椒/炒	三色炒蛋 玉米粒(C)、三色丁(C)、雞蛋(0)/炒	家常滷味 海帶結、非基改油豆腐/滷	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙、炒	蔬菜金茸湯 高麗菜、金針菇	5.3	2.5	2	2.6			726	V
11/23	二	糙米飯 白米、糙米/煮	脆皮雞腿 雞腿(C)/炸	銀芽肉絲 肉絲(0)、豆芽菜(0)/煮	白菜年糕 年糕、大白菜(0)、紅蘿蔔(0)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	蘿蔔香菇湯 蘿蔔、香菇	5.5	2.5	1.7	2.8		鮮奶	801	V
11/24	三	夏威夷炒飯 白米、三色丁、肉絲(0)、鳳梨/炒	香滷豬排 豬排(0)/滷	洋蔥炒蛋 雞蛋(0)、洋蔥/炒	蜜汁豆干 非基改豆干/煮	生產追溯蔬菜 青菜(0)/燙、炒	薑母鴨湯 高麗菜、鴨丁(C)	5.4	2.5	1.9	2.8			739	V
11/25	四	蕎麥飯 白米、蕎麥/煮	咖哩洋芋百頁 洋芋(0)、非基改百頁/煮	冬瓜煮 冬瓜(0)、肉片(0)/煮	沙茶粉絲 冬粉、高麗菜(0)、紅蘿蔔(0)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	味噌魚干湯 非基改豆腐、紫菜、小魚干	5.4	2.4	2	2.6	1		785	V
11/26	五	親職教育日補假													
11/29	一	白米飯 白米/煮	醬燒雞丁 雞丁(C)、蘿蔔(0)/燒	芋頭白菜滷 大白菜(0)、芋頭(0)、紅蘿蔔(0)/煮	鐵板油腐 非基改油豆腐、洋蔥/煮	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙、炒	玉米濃湯 玉米粒(C)、三色丁(C)	5.3	2.5	1.9	2.5			719	V
11/30	二	糙米飯 白米、糙米/煮	蔥爆肉絲 肉絲(0)、洋蔥/炒	和風蒸蛋 雞蛋(0)、柴魚片/蒸	什錦蒲瓜 扁蒲(0)、紅蘿蔔(0)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(0)/燙、炒	米粉湯 米粉、肉絲(0)	5.4	2.6	1.7	2.5		鮮奶	788	V

本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米

三章一0：臺灣有機農產品(0)、CAS台灣優良農產品(C)、生產追溯0Rcode(0)、產銷履歷農產品(T)

★過敏體質者請注意相關食材配料

本公司肉品來源一律使用國產豬肉