

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	主穀類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	水果類	乳品類	熟量(大卡)	三餐10	
12/1	三	白米飯 白米/煮	蜜香雞排 雞排(C)/燒	長豆肉絲 長豆(O),肉絲(O)/炒	椒麻素雞 非基改素雞/煮	生產追溯蔬菜 青菜(O)/燙,炒	南瓜濃湯 南瓜,玉米粒(C),魚板絲	5.6	2.3	1.5	2.8	728	V	
12/2	四	養生小米飯 白米,小米/煮	茄汁魚丁 魚丁(O),非基改豆腐/煮	鮮瓜燉肉片 大黃瓜(O),肉片(O)/煮	梅菜肉燥 梅干菜,絞肉(O)/燒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	麻油雞湯 雞丁(C),高麗菜	5.3	2.5	1.7	2.8	727	V	
12/3	五	香Q米飯 白米/煮	醬拌銀芽豬 肉絲(O),豆芽菜(O)/炒	豆皮高麗菜 高麗菜(O),非基改豆皮/炒	濃香咖哩 洋芋(O),紅蘿蔔(O),魚丸(C)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	地瓜芋圓 地瓜,芋圓	5.4	2.4	1.7	2.7	722	V	
12/6	一	白米飯 白米/煮	三杯雞 雞丁(C),非基改豆干/煮	田園玉米 玉米粒(C),三色丁(C)/煮	沙茶麵腸 麵腸/煮	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙,炒	刈薯蛋花湯 豆薯,雞蛋(Q)	5.4	2.3	1.6	2.7	712	V	
12/7	二	糙米飯 白米,糙米/煮	筍香焗肉 肉丁(Q),筍片/燒	塔香紫茄 茄子(Q),絞肉(O),九層塔/煮	蔬菜粉絲煲 冬粉,高麗菜(O),紅蘿蔔(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	羅宋湯 非基改豆腐,蕃茄,洋蔥	5.5	2.4	1.8	2.8	鮮奶	796	V
12/8	三	豚肉拌飯 白米,絞肉(O),玉米粒(C),洋蔥/炒	韓式炸雞腿 雞腿(C)/炸	雜菜佃煮 白蘿蔔(O),杏鮑菇(O)/煮	高麗年糕 年糕,高麗菜(O),紅蘿蔔(O)/煮	生產追溯蔬菜 青菜(O)/燙,炒	海芽蛋花湯 海帶芽,雞蛋(O)	5.6	2.4	1.8	2.9	748	V	
12/9	四	薏仁米飯 白米,薏仁/煮	香菇炒肉 絞肉(O),香菇(O)/炒	脆瓜黑輪 小黃瓜(O),黑輪(C)/炒	綜合滷味 海帶結,非基改百頁豆腐/滷	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	米粉湯 米粉,肉絲(O)	5.4	2.5	1.9	2.6	1	790	V
12/10	五	香Q米飯 白米/煮	日式雞肉燉煮 雞丁(C),洋芋(O)/燒	鐵板紅人肉絲 紅蘿蔔(O),肉絲(O)/炒	酥香雙拼 花枝丸(C)*1,雞塊(C)*1/炸	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	山藥排骨湯 山藥,排骨丁(C)	5.4	2.4	1.8	2.8	729	V	
12/13	一	白米飯 白米/煮	洋蔥燒肉 肉片(Q),洋蔥/炒	冬瓜麵筋 冬瓜(O),麵筋/煮	鐵板油豆腐 非基改油豆腐,洋蔥/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙,炒	關東煮湯 蘿蔔,玉米段	5.3	2.5	1.8	2.6	721	V	
12/14	二	糙米飯 白米,糙米/煮	香酥魚排 魚排(C)/炸	鍋燒蒲瓜 蒲瓜(O),肉片(O)/煮	豆薯炒肉絲 豆薯(O),肉絲(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	酸辣湯 非基改豆腐,木耳,紅蘿蔔	5.4	2.4	1.7	2.8	鮮奶	787	V
12/15	三	茄汁義大利麵 白麵,三色丁(C)/煮	照燒雞翅 雞翅(C)/燒	茄汁肉醬 絞肉(O),洋蔥/煮	奶黃包 奶皇包(C)/蒸	生產追溯蔬菜 青菜(O)/燙,炒	蔬菜菇菇湯 高麗菜,金針菇	5.4	2.5	1.9	2.8	739	V	
12/16	四	五穀米飯 白米,五穀米/煮	黃金炸豬排 豬排(O)/炸	什錦三絲 秀珍菇(O),肉絲(O),紅蘿蔔(O)/炒	香菇白菜滷 大白菜(O),香菇(O),紅蘿蔔(O)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	紫菜味噌湯 非基改豆腐,紫菜	5.3	2.4	1.6	2.8	717	V	
12/17	五	香Q米飯 白米/煮	脆炒彩雞 雞丁(C),彩椒(O)/炒	香菇蒸蛋 雞蛋(O),香菇(O)/蒸	長豆肉末 長豆(O),絞肉(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	肉絲雜燴湯 肉絲(O),木耳,紅蘿蔔	5.5	2.6	1.8	2.6	742	V	
12/20	一	白米飯 白米/煮	泰式打拋肉 絞肉(O),洋蔥,九層塔/炒	木須高麗菜 高麗菜(O),木耳(O),紅蘿蔔(O)/炒	海根肉絲 海根,肉絲(O)/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙,炒	香菇雞湯 雞丁(C),香菇	5.3	2.4	2	2.7	723	V	
12/21	二	糙米飯 白米,糙米/煮	薑母鴨 鴨丁(C),高麗菜(O)/煮	玉米肉茸 玉米粒(C),絞肉(O)/煮	杏鮑菇素雞 杏鮑菇(O),非基改素雞/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	紅豆湯圓 紅豆,湯圓	5.6	2.5	1.7	2.8	鮮奶	808	V
12/22	三	什錦炒飯 白米,三色丁(C),肉絲(O)/炒	香滷豬排 豬排(O)/滷	黃瓜蒟蒻 大黃瓜(O),蒟蒻/炒	沙茶黑輪 黑輪(C),洋蔥/炒	生產追溯蔬菜 青菜(O)/燙,炒	結頭排骨湯 結頭菜,排骨丁(C)	5.5	2.5	1.9	2.8	746	V	
12/23	四	蕎麥飯 白米,蕎麥/煮	南洋咖哩 洋芋(O),紅蘿蔔(O)/煮	洋蔥炒蛋 雞蛋(O),洋蔥/炒	玉米餅&地瓜球 玉米餅(C)*1,地瓜球(O)*2/炸	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	清燉白菜湯 大白菜,非基改豆腐,肉片(O)	5.5	2.4	1.6	2.8	1	791	V
12/24	五	白米飯 白米/煮	京醬肉絲 肉絲(O),洋蔥/炒	蘿蔔燒麵輪 白蘿蔔(O),麵輪/燒	鮮肉粉絲 冬粉,高麗菜(O),絞肉(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	薑絲鴨肉湯 鴨丁(C),薑絲	5.4	2.3	1.7	2.7	715	V	
12/27	一	香Q米飯 白米/煮	椒鹽翅小腿 翅小腿(C)*2/炸	番茄豆腐 番茄(O),非基改豆腐/炒	銀芽肉絲 豆芽菜(O),肉絲(O)/炒	產銷履歷蔬菜 青菜(T)/燙,炒	魷魚羹湯 魷魚羹,紅蘿蔔,木耳	5.3	2.5	1.8	2.8	730	V	
12/28	二	糙米飯 白米,糙米/煮	蔥燒排骨酥 肉丁(O),洋芋(O),排骨(C),蔥/燒	布丁蒸蛋 雞蛋(O)/蒸	扁蒲香菇 扁蒲(O),香菇(O)/煮	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	日式和風湯 非基改豆腐,海帶結	5.4	2.6	1.6	2.7	鮮奶	795	V
12/29	三	白米飯 白米/煮	宮保雞丁 雞丁(C),非基改豆干/煮	白菜花枝卷 大白菜(O),花枝卷(C)*1/煮	小黃瓜炒肉片 小黃瓜(O),肉片(O)/炒	生產追溯蔬菜 青菜(O)/燙,炒	肉骨茶 蘿蔔,排骨丁(C)	5.4	2.5	1.9	2.8	739	V	
12/30	四	紫米飯 白米,紫米/煮	蒜香五味豬排 豬排(O)/燒	冬瓜肉片 冬瓜(O),肉片(O)/煮	馬鈴薯炒蛋 洋芋(O),雞蛋(O)/炒	有機蔬菜 有機蔬菜(O)/燙,炒	玉米濃湯 玉米粒(C),三色丁(C)	5.5	2.4	1.7	2.8	734	V	
12/31	五	元旦彈性放假												

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(O)、CAS台灣優良農產品(C)、生產追溯QRcode(O)、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