

日期	星期	主食	主菜	副菜			湯品	附品	全日 供應 時間 (自)~(時)	豆 腐 菜 肉 類 (份)	蛋 菜 類 (份)	蔬 菜 類 (份)	熱 量 kcal	約 有 (mg)
2	一	芝麻飯	咖哩洋芋豆腐褒 <small>洋芋、紅蘿蔔、豆腐(嫩)</small>	海結滷蛋*1 <small>海帶結、滷蛋(滷)</small>	翠炒白花椰 <small>蔬菜、紅椒、花椰菜(炒)</small>	青菜 (綠)	味噌湯 <small>豆腐、海芽(煮)</small>		6	2	2	3	759	350
3	二	麥片飯	蘿蔔滷麵腸 <small>蘿蔔、麵腸(滷)</small>	番茄炒蛋 <small>番茄、蛋(炒)</small>	白菜冬粉 <small>蔬菜、大白菜、冬粉(炒)</small>	青菜 (綠)	大頭菜湯 <small>大頭菜(煮)</small>		6	2	2	3	785	326
4	三	素火腿毛豆炒飯	香滷蘭花干 <small>蘭花干(滷)</small>	椒鹽洋芋條*3 <small>洋芋條(炸)</small>	翠炒高麗 <small>蔬菜、高麗菜(炒)</small>	有機蔬菜 (綠)	紅豆小湯圓 <small>紅豆、小湯圓(煮)</small>		5.5	2	2	3	738	335
5	四	糙米飯	醬燒素雞 <small>彩椒、素雞(燒)</small>	山藥捲*1 <small>山藥捲(炸)</small>	彩燴鮮瓜 <small>玉米筍、蔬菜、鮮瓜(炒)</small>	青菜 (綠)	大滷湯 <small>筍、豆腐(煮)</small>		5.5	2	2	3	728	430
6	五	香Q白飯	黃金素魚排*1 <small>素魚排(炸)</small>	干丁素肉燥 <small>碎干丁、素絞肉(燒)</small>	鮮菇蘿蔔 <small>菇類、蘿蔔(炒)</small>	青菜 (綠)	羅宋湯 <small>高麗菜、馬鈴薯、番茄(煮)</small>	乳品	5.5	2	2	3	759	330
9	一	芝麻飯	紅燒鮮菇百頁 <small>百頁豆腐、菇類、蔬菜(滷)</small>	玉米炒蛋 <small>玉米粒、蛋(炒)</small>	木須高麗 <small>蔬菜、高麗菜(炒)</small>	青菜 (綠)	玉米濃湯 <small>玉米粒、奶粉、蔬菜、蛋(煮)</small>		6	2.5	2	3	795	346
10	二	香Q白飯	麻婆豆腐 <small>豆腐、蔬菜(燒)</small>	甘梅地瓜條*3 <small>地瓜條(烤)</small>	腐皮鮮瓜 <small>腐皮、鮮瓜、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	山藥薏仁湯 <small>山藥、薏仁、紅蘿蔔(煮)</small>	乳品	5.5	3	2	3	818	344
11	三	古早味榨醬麵	黃金素肉排*1 <small>素肉排(炸)</small>	蘿蔔滷蛋*1 <small>蘿蔔、滷蛋(滷)</small>	鮮蔬白菜 <small>大白菜、蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜 (綠)	酸辣湯 <small>豆腐、蔬菜(煮)</small>		6	3	2	3	875	343
12	四	麥片飯	沙茶乾片 <small>豆干、芹菜、木耳絲(炒)</small>	豆皮絲瓜 <small>豆皮、絲瓜(炒)</small>	翠炒高麗 <small>蔬菜、高麗菜(炒)</small>	青菜 (綠)	山粉圓甜湯 <small>山粉圓(煮)</small>		6	2.2	2	3	803	485
13	五	芝麻飯	油腐杏鮑菇 <small>油豆腐、杏鮑菇(燒)</small>	芋泥捲*1 <small>芋泥捲(炸)</small>	紅絲豆段 <small>豆段、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	冬菜粉絲湯 <small>蔬菜、冬粉(煮)</small>	乳品	5.5	2.4	2	3	764	370
16	一	糙米飯	筍乾素肉 <small>筍乾、梅乾菜、素肉(燒)</small>	起司球*2 <small>起司球(炸)</small>	腐皮高麗 <small>腐皮、高麗菜、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	鮮瓜薏仁湯 <small>冬瓜、薏仁(煮)</small>		6	2.5	2	3	808	350
17	二	芝麻飯	五香豆包*1 <small>豆包(滷)</small>	泡菜炒年糕 <small>大白菜、年糕(炒)</small>	干絲海帶絲 <small>干絲、海帶絲、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	珍珠奶飲 <small>珍珠、奶粉(煮)</small>		5.5	2.5	2	3	783	358
18	三	香Q白飯	花干滷豆腐 <small>蘭花干、豆腐(滷)</small>	菜脯炒蛋 <small>菜脯、蛋(炒)</small>	黑椒豆芽 <small>豆芽菜、蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜 (綠)	白菜雙菇湯 <small>大白菜、菇類(煮)</small>		6	2.8	2	3	822	350
19	四	士福素油飯	鮮菇素雞 <small>蔥花、菇類、素雞(滷)</small>	可樂餅*1 <small>可樂餅(炸)</small>	彩燴花椰 <small>蔬菜、花椰菜(炒)</small>	青菜 (綠)	田園蔬菜湯 <small>高麗菜、番茄、洋蔥(煮)</small>		5.5	2.3	2	3	777	470
20	五	芝麻飯	咖哩洋芋毛豆 <small>紅蘿蔔、洋芋、毛豆(燒)</small>	五香豆干 <small>豆干(滷)</small>	木須鮮筍 <small>鮮筍、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	紫菜蛋花湯 <small>紫菜、蛋(煮)</small>	乳品	6	2.3	2	3	812	368
23	一	香Q白飯	沙茶素肉羹 <small>素肉羹、大白菜、蔬菜(煮)</small>	三杯油豆腐 <small>油豆腐(燒)</small>	玉米炒蛋 <small>玉米粒、蛋(炒)</small>	青菜 (綠)	牛蒡蘿蔔湯 <small>牛蒡、蘿蔔(煮)</small>		5.5	3	2	3	818	320
24	二	芝麻飯	鮮蔬腐皮捲*1 <small>鮮蔬腐皮捲(烤)</small>	瓜仔素肉燥 <small>瓜仔、素絞肉(燒)</small>	香菇白花椰 <small>菇類、白花椰、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	玉米濃湯 <small>玉米粒、奶粉、蔬菜、蛋(煮)</small>		5.5	2.3	2	3	755	340
25	三	番茄素醬義大利麵	黃金炸豆包*1 <small>豆包(炸)</small>	焗烤起士馬鈴薯 <small>起司、馬鈴薯、蔬菜(烤)</small>	翠炒高麗 <small>蔬菜、高麗菜(炒)</small>	有機蔬菜 (綠)	QQ圓綠豆湯 <small>QQ圓、綠豆(煮)</small>		6	2.2	2	3	803	333
26	四	糙米飯	三杯麵腸 <small>麵腸、九層塔(燒)</small>	黑豆蒸南瓜 <small>黑豆、南瓜(蒸)</small>	蛋酥白菜 <small>蛋、蔬菜、大白菜(炒)</small>	青菜 (綠)	味噌豆腐湯 <small>豆腐、海芽(煮)</small>		6	2.3	2	3	790	478
27	五	香Q白飯	滷百頁 <small>百頁豆腐、筍塊(滷)</small>	日式蒸蛋 <small>蛋(蒸)</small>	椒鹽彩椒鮑菇 <small>彩椒、杏鮑菇(炸)</small>	青菜 (綠)	米粉湯 <small>米粉、蔬菜、油豆腐(煮)</small>	乳品	6	2.5	2	3	830	350
30	一	素鬆拌飯	香酥素魚排*1 <small>素魚排(炸)</small>	海結滷蛋*1 <small>海帶結、滷蛋(滷)</small>	腐皮鮮瓜 <small>腐皮、蔬菜、鮮瓜(炒)</small>	青菜 (綠)	酸辣湯 <small>豆腐、蔬菜(煮)</small>		5.5	2.9	2	3	809	338
31	二	芝麻飯	糖醋豆包*1 <small>豆包(燒)</small>	彩椒西芹玉米筍 <small>彩椒、西芹、玉米筍(炒)</small>	炒冬粉 <small>高麗菜、蔬菜(炒)</small>	青菜 (綠)	筍片蘿蔔湯 <small>筍片、蘿蔔(煮)</small>	乳品	6	2.3	2	3	790	348
★ 因市場因素更換菜色，敬請見諒 ★														
★ 本菜單採用非基改之玉米及豆製品 ★														
★ 本菜單含有花生、蛋、小麥、奶類及相關製品，不適合過敏體質食用 ★														