

※提醒：餐點內有機率含有肉骨頭、魚刺，用餐時請小心食用，細嚼且慢嚥。魚經去刺加工處理，為避免有魚骨（刺）殘留，仍請指導學生小心魚骨（刺）。

地址：台北市南港路三段149巷49弄12號

行政院衛生署HACCP認證合格廠商 營養師：陳俞瑄(營養字第008067號)

日期	星期	主食	主菜一	副菜一	副菜二	青菜	湯	奶品	
1	五	白米飯 白米-蒸	彩繪素肚 素肚,九層塔,彩椒-炒	鮮蔬金針菇 金針菇,胡蘿蔔,木耳-炒	大溪黑豆干 黑豆干-滷	有機蔬菜	枸杞洋芋湯 洋芋,蔬菜		
4	一	校慶補假 不供餐							
5	二	糙米飯 白米,糙米-蒸	麻油猴頭菇煲 猴頭菇,麵輪-燒	客家干片 豆干片,榨菜,木耳-炒	清炒高麗 高麗菜,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	味噌豆腐湯 蔬菜,豆腐,味噌		
6	三	有機白米飯 有機白米-蒸	茄汁豆腸 豆腸-燒	羅漢煨腐 豆腐,蓮子,毛豆-炒	什錦小瓜 小黃瓜,茼蒿,玉米筍,木耳-炒	有機蔬菜	清甜筍湯 筍,菇		
7	四	義大利麵 義大利麵-煮	★山藥捲X1 山藥捲-炸	清香五彩丁 素火腿,豆薯,蔬菜-炒	紅絲綠花椰 綠花椰菜,胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米,馬鈴薯,胡蘿蔔		
8	五	薏仁飯 白米,薏仁-蒸	香菇素肉丁 素肉丁,豆干丁,玉米,香菇-炒	香椿大豆腐 豆腐-燒	香燴黃瓜 黃瓜,胡蘿蔔,木耳-炒	有機蔬菜	蘿蔔湯 蘿蔔	豆漿	
11	一	白米飯 白米-蒸	紅燒豆腐 豆腐,素絞肉-炒	榨菜油片 油片,榨菜,木耳-炒	紅絲高麗菜 高麗菜,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	地瓜甜湯 地瓜		
12	二	白米飯 白米-蒸	紅燒皇帝豆 皇帝豆,百頁豆腐,木耳-燒	筍絲腐竹 筍絲,腐竹,胡蘿蔔-炒	清炒黃芽 黃豆芽,彩椒-炒	綠色蔬菜	白菜腐片湯 白菜,腐片		
13	三	有機白米飯 有機白米-蒸	回鍋炒干片 回鍋豆干片,高麗菜-炒	打拋素肉 素肉,蔬菜-炒	冬菜菜豆 菜豆,胡蘿蔔,木耳,冬菜-炒	有機蔬菜	肉骨風味湯 素肉,馬鈴薯		
14	四	紫米飯 白米,紫米-蒸	三寶齋豆腐 馬鈴薯,胡蘿蔔,豆腐-炒	葷菇燜筍 筍,菇-燜	小瓜麵腸 麵腸,小黃瓜,木耳-炒	有機蔬菜	冬瓜湯 冬瓜,蔬菜		
15	五	海苔香鬆飯 白米,海苔香鬆-蒸	毛豆烤麩 毛豆,烤麩,木耳-燒	拌炒雙絲 干絲,素肉絲,黃椒-炒	雙色海帶根 海帶根,胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	時令蔬菜湯 時令蔬菜,素肉	乳品	
18	一	燕麥飯 白米,燕麥-蒸	鹽滷油豆腐 油豆腐-滷	腐皮小黃瓜 腐皮,小黃瓜,胡蘿蔔-炒	清香白菜滷 白菜,木耳,胡蘿蔔-滷	綠色蔬菜	米粉湯 米粉,蔬菜		
19	二	白米飯 白米-蒸	枸杞栗子麵輪 麵輪,栗子,枸杞-燉	螞蟻上樹 冬粉-炒	香菇滷冬瓜 冬瓜,香菇-滷	綠色蔬菜	紅豆薏仁 紅豆,薏仁		
20	三	有機白米飯 有機白米-蒸	紅燒百頁 百頁豆腐,毛豆-炒	珍菇鮮瓜 鮮瓜,珍菇,胡蘿蔔-炒	壽喜燒花干 花干,白菜-燒	有機蔬菜	蘿蔔素丸湯 蘿蔔,素丸		
21	四	炸醬麵 麵-煮	飄香素肉煲 素肉,蔬菜,紅棗-燉	玉米醬豆腐 豆腐,玉米-炒	芋泥包X1 芋泥包-蒸	有機蔬菜	海帶豆腐湯 海帶,豆腐		
22	五	小米飯 白米,小米-蒸	甜椒素雞 素雞,雲耳,甜椒-炒	豆薯油腐片 油腐片,豆薯,胡蘿蔔-炒	蠔油茄子 茄子-炒	有機蔬菜	鄉村蔬菜湯 蔬菜,洋芋	TAP 豆奶	
25	一	白米飯 白米-蒸	蜜汁豆腸 豆腸,玉米,小瓜-燒	什錦寬粉 寬粉,蔬菜-炒	爆炒海帶根 海帶根,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	馬鈴薯素肉湯 馬鈴薯,素肉		
26	二	白米飯 白米-蒸	鮑菇炒豆干 豆干片,杏鮑菇-炒	秋葵油腐 油豆腐,秋葵-燒	什錦筍片 筍片,胡蘿蔔,木耳-炒	綠色蔬菜	薑絲鮮瓜湯 鮮瓜,薑		
27	三	有機白米飯 有機白米-蒸	茄燒腐煲 豆腐,毛豆-炒	彩蔬豆干絲 豆干絲,彩椒-炒	薑絲高麗菜 高麗菜,胡蘿蔔,木耳-炒	有機蔬菜	菇香筍湯 筍,菇		
28	四	招牌炒麵 麵,蔬菜-炒	香菇滷麵筋 麵筋,香菇,蓮子-滷	蔬香黃瓜 黃瓜,胡蘿蔔,木耳-炒	紫米糕X1 紫米糕-蒸	有機蔬菜	三寶仙草 仙草,三寶綜合豆		
29	五	蕎麥飯 白米,蕎麥-蒸	紅棗豆包 豆包,紅棗-燉	酸菜豆干丁 豆干丁,酸菜-炒	翡翠玉米 玉米,毛豆,胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	麵線羹 麵線,筍		

◆全面使用非基改玉米及豆製品 ※本菜單含有豆、蛋、奶、麩質、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮、芒果及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。