

※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 | 附品 | 7.0 | 2.5 | 2.6 | 2.0 | 845 | | | | | | | | | |
|---|-----------|--------------------------|---------------------------|------------------------|-------------------------|------|----------------------|---------------|-----|-----|-------|-----|-----|-----------|--|--|------|--|-----|--|----|--|
| 3 | 一 | 薏仁飯 白米, 薏仁-蒸 | 招牌燉肉 豬肉, 筍, 梅干菜-燉 | 雞汁豆腐煲 豆腐, 雞絞肉, 菇-燒 | 紅絲高麗 高麗菜, 胡蘿蔔-炒 | 綠色蔬菜 | 肉骨茶湯 馬鈴薯, 胡蘿蔔, 豬肉 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | 二 | 白米飯 白米-蒸 | ★酥脆雞X3 雞肉-炸 | 啾啾玉米蛋 雞蛋, 玉米-炒 | 薑炒鮮瓜 瓜, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 綠豆湯 綠豆 | | 7.5 | 2.5 | 3.0 | 2.0 | 898 | | | | | | | | | |
| 5 | 三 | 有機白米飯 有機白米-蒸 | 鐵板炒豬 豬肉, 洋蔥-炒 | 咖哩雞 雞肉, 蔬菜-燒 | 白菜滷 白菜, 蔬菜-滷 | 有機蔬菜 | 油蔥米粉湯 米粉 | | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 | | | | | | | | | |
| 6 | 四 | 和風香鬆飯 白米, 香鬆-蒸 | 小翅腿X2 翅腿-滷 | 莎莎風味肉醬 豬絞肉, 蔬菜-炒 | 匯拌粉絲 冬粉, 時蔬-炒 | 有機蔬菜 | 昆布蔬菜湯 昆布, 蔬菜 | | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 | | | | | | | | | |
| 7 | 五 | 胚芽飯 白米, 胚芽米-蒸 | 家常黃燜雞 雞肉, 馬鈴薯, 蔬菜-煮 | 甜不辣關東煮 甜不辣, 油豆腐-煮 | 繪香金粒 玉米, 蔬菜-炒 | 有機蔬菜 | 筍香肉片湯 竹筍, 豬肉 | 豆漿 | 6.2 | 2.5 | 2.6 | 2.0 | 789 | | | | | | | | | |
| 10 | 一 | 麥片飯 白米, 麥片-蒸 | 麻薑菇雞 雞肉, 蔬菜, 菇-燒 | 回鍋豆干 豆干, 蔬菜-炒 | 津炒白菜 白菜, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | QQ圓奶飲 QQ圓, 奶 | | 6.5 | 2.5 | 2.7 | 2.0 | 814 | | | | | | | | | |
| 11 | 二 | 白米飯 白米-蒸 | 日式燉肉 雞肉, 馬鈴薯, 胡蘿蔔-燉 | 田園雞茸 雞絞肉, 玉米, 毛豆-炒 | 清香海帶 海帶, 胡蘿蔔-炒 | 綠色蔬菜 | 味噌豆腐湯 豆腐, 蔬菜, 味噌 | | 6.2 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 784 | | | | | | | | | |
| 12 | 三 | 有機白米飯 有機白米-蒸 | 香甜沙嗲雞 雞肉, 時蔬-炒 | 野菜拌肉絲 豬肉, 時蔬-炒 | 脆炒時瓜 時瓜, 蔬菜-炒 | 有機蔬菜 | 季節小排湯 蔬菜, 豬肉 | | 6.2 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 784 | | | | | | | | | |
| 13 | 四 | 義大利麵 義大利麵-煮 | ★金黃炸雞翅X1 雞肉-炸 | 義式肉醬 豬絞肉, 蔬菜-炒 | ▲地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤 | 有機蔬菜 | 玉米濃湯 玉米, 馬鈴薯 | | 6.8 | 2.5 | 3.0 | 2.0 | 849 | | | | | | | | | |
| 14 | 五 | 小米飯 白米, 小米-蒸 | 豆皮燜肉片 豬肉, 豆皮, 蔬菜-燒 | ▲燒烤海鮮丸X2 海鮮丸-燒 | 有機高麗菜 高麗菜, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 元氣雞湯 蔬菜, 雞肉 | | 6.0 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 770 | | | | | | | | | |
| 17 | 一 | 黑芝麻飯 白米, 黑芝麻-蒸 | 奶香葷菇雞 雞肉, 菇, 蔬菜-煮 | 番茄炒蛋 雞蛋, 番茄-炒 | 蒜炒花椰 花椰菜, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 地瓜甜湯 地瓜 | | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 | | | | | | | | | |
| 18 | 二 | 白米飯 白米-蒸 | 糖醋魚排X1 (生鮮水產品) 魚排-燒 | 炸醬干丁 豆干丁, 毛豆, 豬絞肉-炒 | 蔬拌寬粉 蔬菜, 寬粉-炒 | 綠色蔬菜 | 豬肉四神湯 豬肉, 薏仁, 馬鈴薯 | | 6.5 | 2.5 | 2.7 | 2.0 | 814 | | | | | | | | | |
| 19 | 三 | 有機白米飯 有機白米-蒸 | 蒜炒肉片 豬肉, 蔬菜-炒 | 脆瓜燒雞 雞肉, 脆瓜, 蔬菜-燒 | 珍菇高麗 高麗菜, 珍菇, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | 竹筍肉絲湯 竹筍, 蔬菜, 肉絲 | | 6.0 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 770 | | | | | | | | | |
| 20 | 四 | 蔥油香拌麵 時蔬, 麵-煮 | ★▲卡拉雞X1 雞肉-炸 | 豆干小炒 豆干, 蔬菜-炒 | 翠炒白菜 白菜, 蔬菜-炒 | 有機蔬菜 | 芹香蘿蔔湯 蘿蔔, 蔬菜, 豬肉 | | 6.5 | 2.5 | 2.8 | 2.0 | 819 | | | | | | | | | |
| 21 | 五 | 紅藜飯 白米, 紅藜-蒸 | 三杯雞 雞肉, 油豆腐-炒 | 蒸蛋 雞蛋-蒸 | 什錦鮮瓜 鮮瓜, 木耳, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | 麵線羹 麵線, 蔬菜 | 乳品 | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 | | | | | | | | | |
| 24 | 一 | 白米飯 白米-蒸 | 筍香滷肉 豬肉, 筍, 梅干菜-滷 | ★香酥魚X2 魚肉-炸 | 腐皮拌菜 蔬菜, 腐皮-炒 | 綠色蔬菜 | 牛蒡雞湯 蔬菜, 牛蒡, 雞肉 | | 6.0 | 2.5 | 3.0 | 2.0 | 793 | | | | | | | | | |
| 25 | 二 | 薏仁飯 白米, 薏仁-蒸 | 嫩汁豬柳 豬肉, 蔬菜-炒 | 營養雞茸蛋 雞茸, 雞蛋, 玉米-炒 | 招牌滷味 海帶, 豆干-滷 | 綠色蔬菜 | 白菜赤肉湯 白菜, 豬肉, 蔬菜 | | 6.0 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 770 | | | | | | | | | |
| 26 | 三 | 有機白米飯 有機白米-蒸 | 蒙古炒肉片 豬肉, 蔬菜-炒 | 翅小腿X1 雞肉-滷 | 菇香燜筍 筍, 菇-燜 | 綠色蔬菜 | 大滷湯 蔬菜, 豆腐 | | 6.0 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 770 | | | | | | | | | |
| 27 | 四 | DIY打拋麵 *搭配打拋肉* 麵-煮 | ▲麥香雞X1 雞肉-烤 | 打拋豬肉 豬肉, 蔬菜-炒 | 清炒高麗菜 高麗菜, 胡蘿蔔, 木耳-炒 | 有機蔬菜 | 芋頭西谷米 芋頭, 西谷米 | | 6.5 | 2.5 | 2.6 | 2.0 | 810 | | | | | | | | | |
| 28 | 五 | 白米飯 白米-蒸 | 和風燉雞 雞肉, 菇, 蔬菜-燉 | 肉燥油豆腐 豬絞肉, 油豆腐-滷 | 匯炒粉絲 蔬菜, 粉絲-炒 | 有機蔬菜 | 綜合蔬菜湯 蔬菜 | TAP豆奶 | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 | | | | | | | | | |
| 31 | 一 | 白米飯 白米-蒸 | 蜜糖嫩豬 豬肉, 蘿蔔-燒 | ▲烤雞塊X2 雞肉-烤 | 洋蔥炒蛋 雞蛋, 洋蔥, 胡蘿蔔-炒 | 綠色蔬菜 | 時令小排湯 時令蔬菜, 豬肉 | | 6.0 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 770 | | | | | | | | | |
| ◆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。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 主菜種類(次/月) | | | 主菜食材特性分析(次/月) | | | 副菜食材特性分析(次/月) | | | | | | 其他分析(次/月) | | | | | | | | |
| 豆類及 其製品 | 或內及 海鮮 | 豬肉 | | | 雞肉 | | | 生鮮食材 | | | ▲調理食品 | | | ▲加工食品 | | | ★油炸品 | | ✓甜湯 | | | |
| 0次 | 1次 | 9次 | | | 11次 | | | 19次 | | | 2次 | | | 2次 | | | 1次 | | 4次 | | 4次 | |