

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜一 | 主菜二 | 副菜一 | 蔬菜 | 湯品 | 附品 | 全蛋(個) | 蛋黃(個) | 蛋清(個) | 鮮果(份) | 鮮奶(份) | 乳品(份) | 其他(份) | 熱量(大卡) |
|----|----|-------------------|---------------------------------------|--|---|------|---|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 30 | 三 | 有機飯 | 日式咖哩豬 <small>祥圓豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small> | ★椒鹽炸雞X5 <small>雞肉-炸</small> | 蒜炒高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small> | 有機蔬菜 | 筍子湯 <small>筍-煮</small> | | 6.6 | 3.0 | 2.0 | 3.0 | | | | 872 |
| 31 | 四 | 燕麥飯 | 照燒雞 <small>雞肉+時蔬-燒</small> | 豆干炒肉 <small>祥圓豬肉+豆干+時蔬-炒</small> | ◎培香四季 <small>培根+四季豆+時蔬+淡芝麻-炒</small> | 有機蔬菜 | 什錦豚骨湯 <small>排骨+時蔬-煮</small> | | 6.4 | 2.8 | 2.0 | 3.0 | | | | 843 |
| 01 | 五 | 蒜香烏龍麵 (烏龍麵) | 香滷豬排X1 <small>豬排-滷</small> | 地瓜薯條 <small>地瓜薯條-烤</small> | 時令鮮瓜 <small>瓜+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 香菇雞湯 <small>香菇+雞肉-煮</small> | | 6.5 | 2.8 | 2.0 | 2.8 | | | | 841 |
| 04 | 一 | 麥片飯 | 蒜香燉雞 <small>雞肉+蒜+時蔬-燒</small> | 鴿蛋滷味 <small>鴿蛋+豆干+海苔+酸菜絲-滷</small> | 清爽脆瓜 <small>瓜+時蔬-煮</small> | 綠色蔬菜 | 金榜麵線羹 <small>祥圓豬肉+麵線+時蔬+柴魚片-煮(清)</small> | | 6.5 | 2.8 | 2.0 | 2.8 | | | | 842 |
| 05 | 二 | 糙米飯 | 壽喜燒豬 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small> | 蘑菇炒蛋 <small>蘑菇+洋蔥+蛋+時蔬-煮</small> | 鮮蔬炒筍 <small>筍+時蔬-炒</small> | 綠色蔬菜 | 味噌湯 <small>味噌+豆腐+海芽-煮</small> | | 6.4 | 2.8 | 2.0 | 3.0 | | | | 843 |
| 06 | 三 | 有機飯 | 蜜香豬排X1 <small>豬排-燒</small> | 奶油南瓜雞 <small>雞肉+南瓜+時蔬-煮</small> | 紅仁高麗 <small>高麗菜+時蔬-炒</small> | 有機蔬菜 | 花生麥片湯 <small>淡花生+麥片-煮</small> | | 6.6 | 3.0 | 2.0 | 3.0 | | | | 872 |
| 07 | 四 | 特製義大利麵 (貝殼麵) | ★酥脆雞排X1 <small>雞排-燒</small> | 番茄肉醬 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small> | ◎馬鈴薯球 <small>馬鈴薯球-烤</small> | 有機蔬菜 | 義式蔬菜湯 <small>時蔬-煮</small> | | 6.4 | 2.8 | 2.0 | 3.0 | | | | 843 |
| 08 | 五 | 胚芽飯 | 栗子燒雞 <small>雞肉+栗子+時蔬-燒</small> | 豬肉豆皮 <small>生豆皮+祥圓豬肉+時蔬-煮</small> | 芝香芽菜 <small>豆芽菜+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 榨菜肉絲湯 <small>祥圓豬肉+榨菜+時蔬-煮</small> | | 6.5 | 2.9 | 2.0 | 2.8 | | | | 849 |
| 11 | 一 | 薏仁飯 | 鐵板炒豬 <small>祥圓豬肉+時蔬-炒</small> | 蔥味魚塊X2 <small>虱目魚+時蔬-燒</small> | 彩蔬海絲 <small>海絲+時蔬-煮</small> | 綠色蔬菜 | 綠豆薏仁湯 <small>綠豆+薏仁-煮</small> | | 6.4 | 2.9 | 2.0 | 2.8 | | | | 842 |
| 12 | 二 | 招牌油飯 | 香燒雞翅X1 <small>三節雞翅-燒</small> | ◎紅燒獅子頭X1 <small>獅子頭+時蔬-燒</small> | 葷菇花椰 <small>花椰菜+杏鮑菇+時蔬-炒</small> | 綠色蔬菜 | 鮮蔬肉絲湯 <small>祥圓豬肉+結頭菜+時蔬-煮</small> | | 6.2 | 3.0 | 1.9 | 2.8 | | | | 833 |
| 13 | 三 | 有機飯 | 梅干扣肉 <small>祥圓豬肉+筍干+梅干菜-燒</small> | 番茄炒蛋 <small>番茄+蛋+時蔬-煮</small> | 奶香薯丁 <small>馬鈴薯+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 鮮瓜排骨湯 <small>排骨+瓜+時蔬-煮</small> | | 6.6 | 2.9 | 2.0 | 2.9 | | | | 865 |
| 14 | 四 | DIY排骨酥麵 (油麵) | ★腰果排骨酥X4 <small>祥圓豬肉+淡腰果-炸</small> | 滷蛋豆干 <small>滷蛋+豆干-滷</small> | 鮮蔬海結 <small>海結+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 什錦蔬菜湯 <small>祥圓豬肉+時蔬-煮</small> | 履歷豆漿 | 6.6 | 2.8 | 2.0 | 2.9 | | | | 860 |
| 15 | 五 | 小米飯 | 蒜香豬排X1 <small>豬排-燒</small> | 腐乳炒豬 <small>祥圓豬肉+時蔬-炒</small> | 清燒鮮瓜 <small>瓜+時蔬-燴</small> | 有機蔬菜 | 蕃茄蔬菜湯 <small>蕃茄+時蔬-煮</small> | | 6.2 | 3.1 | 2.0 | 2.9 | | | | 891 |
| 18 | 一 | 麥片飯 | 三杯菇菇雞 <small>雞肉+菇+九層塔-煮</small> | 香燒魚條X2 <small>虱目魚-燒</small> | 沙茶黑豆干 <small>黑豆干+時蔬-煮</small> | 綠色蔬菜 | 海芽味噌湯 <small>味噌+豆腐+海芽-煮</small> | | 6.4 | 3.0 | 2.0 | 2.8 | | | | 849 |
| 19 | 二 | 糙米飯 | 黑胡椒豬肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-炒</small> | 鮮瓜炒蛋 <small>瓜+蛋+時蔬-煮</small> | 燉煮蘿蔔 <small>蘿蔔+時蔬-燒</small> | 綠色蔬菜 | 冬瓜山粉圓 <small>山粉圓+冬瓜塊-煮</small> | | 6.5 | 2.9 | 2.1 | 2.9 | | | | 856 |
| 20 | 三 | 有機飯 | 鐵路豬排X1 <small>豬排-滷</small> | 蒲燒雞 <small>淡芝麻+雞肉+時蔬-燒</small> | 大醬芽菜 <small>豆芽菜+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 金針肉絲湯 <small>祥圓豬肉+金針花+時蔬-煮</small> | | 6.6 | 3.0 | 2.0 | 2.9 | | | | 868 |
| 21 | 四 | DIY台南擔仔麵 (烏龍麵) | 吮指翅小腿X2 <small>翅小腿-燒</small> | 肉燥豆干 <small>祥圓豬肉+豆干+時蔬-煮</small> | 清炒花椰 <small>花椰菜+時蔬-炒</small> | 有機蔬菜 | 菇菇湯 <small>豆腐+菇+時蔬-煮</small> | | 6.6 | 2.9 | 2.0 | 3.0 | | | | 865 |
| 22 | 五 | 胚芽飯 | ◆沙茶魚 <small>水鯊+時蔬-煮</small> | 安東燉雞 <small>雞肉+時蔬-燒</small> | 什錦高麗 <small>高麗菜+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 薑絲紫菜湯 <small>紫菜+祥圓豬肉+薑-煮</small> | | 6.2 | 3.0 | 2.0 | 2.8 | | | | 835 |
| 23 | 六 | 小米飯 | 醍醐滷肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-滷</small> | 海鮮燴豆腐 <small>吻仔魚+魷魚+豆腐+時蔬-煮</small> | 奶香玉米 <small>玉米+時蔬-煮</small> | 綠色蔬菜 | 羅宋湯 <small>蕃茄+時蔬-煮</small> | | 6.5 | 2.8 | 2.0 | 3.0 | | | | 850 |
| 25 | 一 | 薏仁飯 | 南洋咖哩雞 <small>雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮</small> | 滑嫩蒸蛋 <small>蛋+時蔬-蒸</small> | 時蔬燴筍 <small>筍+時蔬-炒</small> | 綠色蔬菜 | 芹香米粉湯 <small>祥圓豬肉+米粉+時蔬-煮</small> | | 6.4 | 2.9 | 2.0 | 2.8 | | | | 842 |
| 26 | 二 | 什錦炊飯 | 中秋柚香豬排X1 <small>※杏仁片+豬排-燒</small> | 筍干滷豆腐 <small>豆腐+祥圓豬肉+筍+時蔬-煮</small> | 翠炒白菜 <small>大白菜+時蔬-炒</small> | 綠色蔬菜 | 酸辣湯 <small>豆腐+時蔬-煮(清)</small> | | 6.5 | 3.0 | 1.9 | 2.8 | | | | 854 |
| 27 | 三 | 有機飯 | 蔥油雞 <small>雞肉+時蔬-炒</small> | 玉米炒蛋 <small>蛋+玉米-炒</small> | 鮮蔬燴瓜 <small>瓜+時蔬-煮</small> | 有機蔬菜 | 蘿蔔湯 <small>白蘿蔔+時蔬-煮</small> | | 6.6 | 2.8 | 2.0 | 2.9 | | | | 853 |
| 28 | 四 | 燕麥飯 | BBQ豬肉 <small>祥圓豬肉+時蔬-燒</small> | ◎椒鹽花枝丸X2 <small>花枝丸-烤</small> | 香燻條豆 <small>四季豆+時蔬-炒</small> | 有機蔬菜 | 紅豆薏仁湯 <small>紅豆+薏仁-煮</small> | | 6.6 | 3.0 | 2.0 | 2.9 | | | | 868 |

◆表示3章1Q增加溯源水產品 ◎加工品 ★炸物 ■表示奶入菜 ※表示堅果入菜
 本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用

| 日期 | 星期 | 主菜種類(次/月) | | 主菜食材特性(次/月) | | 副菜食材分析(次/月) | | 其他分析(次/月) | |
|----|----|-----------|----|-------------|------|-------------|-----|-----------|-----|
| | | 豬肉 | 雞肉 | 生鮮食材 | 調理食品 | 加工食品 | 魚肉類 | 其他 | 油炸品 |
| 5 | 2 | 14 | 14 | 46 | 0 | 1 | 1 | 4 | 4 |

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米

◆表示3章1Q增加溯源水產品

