

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全穀雜糧(份)	豆魚蛋肉(份)	蔬菜(份)	油脂(份)	熱能(大卡)
30	五	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	日式咖哩豬 詳團豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹹酥雞X3 雞肉-炸	蒜炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	味噌湯 味噌+海芽+柴魚片-煮		6.5	3.1	1.9	2.9	898
02	一	紫米飯 白米+紫米-蒸	泡菜燒雞 雞肉+泡菜+時蔬-燒	肉絲炒年糕 ※芝麻+詳團豬肉+年糕+時蔬-煮	芝香芽菜 豆芽菜+油片絲+時蔬-煮	青菜	薑絲紫菜湯 紫菜+薑-煮		6.3	3.0	1.9	2.9	876
03	二	糙米飯 白米+糙米-蒸	黑糖滷肉 詳團豬肉+時蔬-滷	什錦燴蛋 蛋+時蔬-炒	彩繪四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	鮮菇豆腐湯 豆腐+菇+薑絲-煮		6.4	3.2	2.0	2.7	892
04	三	有機飯 有機米-蒸	鮮蔬肉片 詳團豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	梅汁豆包 豆包+時蔬-煮	清爽脆瓜 瓜+時蔬-煮	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮		6.4	3.2	2.0	2.8	896
05	四	特製義大利麵 麵+時蔬-煮	葵瓜子雞排X1 雞排+※葵瓜子-燒	番茄肉醬 詳團豬肉+時蔬-煮	清炒花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜+地瓜+時蔬-煮		6.4	3.0	1.9	2.9	883
06	五	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	小米燒豆腐 小米+詳團豬肉+豆腐+時蔬-煮	爆炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	榨菜筍絲湯 榨菜+筍+時蔬-煮		6.4	3.1	2.0	2.9	893
09	一	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	沙茶炒豬 詳團豬肉+時蔬-炒	◎海山醬黑輪X1 魚漿製品+時蔬-煮	翠炒白菜 大白菜+時蔬-炒	青菜	綠豆薏仁湯 綠豆+薏仁-煮		6.3	3.3	1.9	3.0	903
10	二	南瓜炊飯 白米+南瓜+時蔬-蒸	香滷大排X1 豬排-滷	蕃茄豆腐 豆腐+蕃茄-煮	滷汁海結 海結+時蔬-滷	青菜	鮮瓜排骨湯 排骨+瓜+薑-煮		6.5	3.1	1.9	2.8	894
11	三	有機飯 有機米-蒸	烤雞排X1 雞排-烤	韓式雞絲拌菜 泡菜+豆包+雞肉+時蔬-煮	鮮蔬炒筍 筍+時蔬-燴	有機蔬菜	四神湯 詳團豬肉+薏仁+馬鈴薯+山藥-煮		6.6	3.1	1.9	2.8	901
12	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	京醬肉絲 詳團豬肉+時蔬-燒	杏片油腐 ※杏片+油豆腐+時蔬-燒	蒜味奶油玉米 玉米+時蔬-煮	有機蔬菜	薑絲海芽湯 海芽+薑-煮		6.6	3.3	2.0	2.9	923
13	五	小米飯 白米+小米-蒸	海南雞 雞肉+時蔬-煮	沙嗲佐蛋 馬鈴薯+白煮蛋-煮	香燻條豆 四季豆+時蔬-炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		6.3	3.1	2.0	2.7	877
16	一	麥片飯 白米+麥片-蒸	中秋BBQ炒豬 詳團豬肉+時蔬+※白芝麻-燒	大醬燒豆腐 雞肉+豆腐+時蔬-煮	清爽洋芋 馬鈴薯+時蔬-煮	青菜	番茄蔬菜湯 番茄+時蔬-煮		6.5	3.3	1.9	2.7	904

~9/17中秋節放假~

18	三	有機飯 有機米-蒸	鹹甘炒雞 雞肉+玉米+時蔬-煮	竹筍炒肉絲 詳團豬肉+筍+時蔬-炒	鮮炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	有機蔬菜	紅豆紫米粥 紅豆+黑糯米-煮		6.4	3.1	2.0	2.7	884
19	四	DIY 咖哩肉燥麵 麵-煮	吮指翅小腿X2 翅小腿-滷	咖哩肉燥 詳團豬肉+時蔬-煮	日式蘿蔔 蘿蔔+時蔬-燒	有機蔬菜	玉米湯 詳團豬肉+玉米-煮	履歷 豆漿	6.5	3.5	1.9	2.7	919
20	五	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	香茅豬 詳團豬肉+時蔬-煮	和風蒸蛋 蛋+時蔬-蒸	奶香花椰 花椰菜+時蔬-炒	有機蔬菜	洋蔥蘑菇湯 洋蔥+蘑菇+時蔬-煮		6.4	3.2	2.0	2.7	892
23	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	蠔油香菇雞 雞肉+香菇+時蔬-燒	麻婆豆腐 豆腐+詳團豬肉+時蔬-煮	香炒海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	招牌麵線羹 麵線+時蔬+柴魚片-煮		6.6	3.1	1.9	3.0	910
24	二	招牌油飯 糯米+開陽+詳團豬肉+時蔬-蒸	古早味雞翅X1 三節雞翅-烤	玉米炒蛋 蛋+玉米-炒	雙色肉茸 雞肉+時蔬-煮	青菜	菇菇湯 菇+薑絲-煮		6.3	3.0	1.9	2.8	871
25	三	有機飯 有機米-蒸	鐵路豬排X1 豬排-燒	五香滷味 黑豆干+※花生+時蔬-煮	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	有機蔬菜	酸菜肉絲湯 詳團豬肉+酸菜+時蔬-煮		6.4	3.1	2.0	2.9	893
26	四	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	醬爆雞丁 雞肉+時蔬-煮	★◎虱目魚丸X2 魚-炸	奶香白菜 白菜+時蔬-煮	有機蔬菜	羅宋湯 番茄+時蔬-煮		6.6	3.1	1.9	2.7	897
27	五	小米飯 白米+小米-蒸	◆醬燒鮮魚 水燻魚+時蔬-煮	鹽水菇菇雞 雞肉+菇+時蔬-煮	黑椒芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	有機蔬菜	摩摩喳喳 西谷米+芋頭+地瓜-煮		6.4	3.2	2.0	2.7	892
30	一	麥片飯 白米+麥片-蒸	蒜泥白肉 詳團豬肉+時蔬-煮	三杯油腐 豆腐+時蔬-燒	鮮菇燴瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	日式蔬菜湯 味噌+詳團豬肉+時蔬+南瓜-煮		6.5	3.1	1.9	2.7	889

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 ★表示炸物 ◎表示加工品 ※表示堅果入菜 表示奶入菜 / 本菜單「未使用輻射污染食品」

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

豆類 及其 製品	魚 及 海鮮	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		油 炸 品	甜 湯
						魚、肉類	其 他		
次	次	次	次	次	次	次	次	次	次
0	1	10	10	21	0	2	0	2	4