

日期	星期	主食	主菜1	副菜1	副菜2	副菜3	湯品	附品	全蛋類種類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	油類(份)	糖類(份)	熱量 kcal
元旦假期														
2	二	糙米飯	洋蔥豬柳 豬肉, 洋蔥(燒)	菇菇炒蛋 杏鮑菇, 蔬菜, 蛋(炒)	芋香白菜 芋頭, 大白菜, 蔬菜(燻)	青菜	綠豆麥片湯 綠豆, 麥片		7	2.5	1.5	2.5		828
3	三	有機白飯	糖醋咕咾肉 豬肉, 洋芋(燒)	凍腐燒雞 凍豆腐, 雞肉(燒)	韭香銀芽 韭菜, 豆芽菜, 蔬菜(炒)	有機菜	羅宋湯 高麗菜, 蔬菜, 豬肉, 番茄	乳品	7	2	2	2		780
4	四	醃醬麵	蜜汁烤雞排*1 雞排(烤)	海山醬關東煮 蘿蔔, 甜不辣(煮)	雙色花椰 花椰菜, 青花菜, 蔬菜(炒)	有機菜	南瓜蛋花湯 南瓜, 蛋		7	2.5	2	2.5		840
5	五	香Q白飯	麻油燒雞 雞肉, 米西糕, 蔬菜(燒)	蒲燒鯛魚*1 白芝麻, 台灣鯛魚(烤)	脆炒高麗 高麗菜, 蔬菜(燒)	有機菜	味噌豆腐湯 海帶芽, 豆腐	水果	7	2.5	2	2.5		840
8	一	芝麻飯	★脆皮雞翅*1 三節雞翅(炸)	下飯瓜仔肉 豆干丁, 豬肉, 碎瓜(燻)	鮮蔬冬粉 高麗菜, 冬粉(炒)	青菜	珍菇什錦湯 菇類, 蔬菜, 大白菜		7	2	2	2.5		803
9	二	香Q白飯	梅干扣肉 豬肉, 梅干菜, 筍(燒)	日式蒸蛋 柴魚片, 蛋(蒸)	彩繪鮮瓜 鮮瓜, 蔬菜, 木耳(炒)	青菜	九份芋圓湯 芋圓, 地瓜圓		7	2.5	1.5	2.5		828
10	三	麥片有機飯	塔香三杯雞 雞肉, 米西糕, 九層塔(炒)	鐵板油豆腐 筍, 油豆腐(燒)	蘿蔔佃煮 毛豆, 蘿蔔, 紅蘿蔔(煮)	有機菜	玉米濃湯 玉米, 蛋, 洋芋, 蔬菜	乳品	7	2.3	2	2.5		825
11	四	香菇油飯	香滷翅腿 *2 翅腿(燻)	干片炒肉絲 干片, 蔬菜, 豬肉(炒)	木耳高麗 高麗菜, 木耳, 蔬菜(炒)	有機菜	海帶排骨湯 海帶芽, 排骨		7	2.5	2	2.5		840
12	五	香Q白飯	沙茶肉片 豬肉, 蘿蔔(炒)	★香酥花枝排 *1 花枝排(炸)	黑椒薯丁 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 黑胡椒(燒)	有機菜	酸辣湯 豆腐, 木耳, 紅蘿蔔, 豬肉, 蛋	水果	7	2.5	2	3		863
15	一	香Q白飯	果香燴雞丁 鳳梨, 洋芋, 雞肉(燒)	肉茸豆腐 豬肉, 豆腐(燒)	脆炒芥菜 豆芥菜, 蔬菜(炒)	青菜	玉米蛋花湯 玉米, 蛋, 蔬菜		7	2	2	2.5		803
16	二	胚芽飯	咖哩雞 雞肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔(燻)	香烤花枝丸*2 海苔絲, 花枝丸(烤)	海帶干絲 海帶絲, 干絲, 蔬菜(炒)	青菜	珍珠甜湯 粉圓		7	2.5	2	2.5		840
17	三	蔥香雞絲有機飯	◆砂鍋燒魚 水鯊魚丁, 大白菜, 蔬菜(燒)	蒜香豬排*1 豬排(燒)	紅蘿花椰 花椰菜, 紅蘿蔔(炒)	有機菜	薏仁洋芋雞湯 薏仁, 洋芋, 雞肉	乳品	7	2.8	1.5	2.5		850
18	四	芝麻飯	日式壽喜燒 豬肉, 洋蔥(燒)	★香雞排 *1 雞排(炸)	金菇豆段 金針菇, 敏豆(炒)	有機菜	味噌海苔蛋花湯 海帶芽, 蛋	TAP豆漿	7	2.5	2	2.5		840
19	五	休業式 不供餐												
22	一	香Q白飯	蒜香豬排*1 豬排(燒)	玉米炒蛋 玉米, 蛋(炒)	木耳白菜 木耳, 大白菜, 蔬菜(炒)	青菜	番茄豆腐湯 番茄, 豆腐, 蔬菜		7	2	2	2.5		803
23	二	香Q白飯	西式燻肉 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 豬肉(煮)	★麥克雞塊*2 麥克雞塊(炸)	香炒高麗 高麗菜, 蔬菜(炒)	青菜	榨菜肉絲湯 榨菜, 豬肉, 筍		7	2	2	2.5		803
24	三	藜麥有機飯	照燒蜜汁雞 洋芋, 雞肉(燒)	肉絲海根 豬肉, 海帶根, 蔬菜(燒)	豆皮冬瓜 豆皮, 冬瓜(燒)	有機菜	肉骨茶湯 白蘿蔔, 豆皮, 排骨	乳品	7	2.5	2	2.6		845
25	四	拿坡里肉醬義大利麵	義式烤雞排*1 雞腿排(烤)	★雙拼炸物 地瓜, 甜不辣(炸)	金菇花椰 青花菜, 金針菇(炒)	有機菜	QQ圓甜湯 QQ圓		7	2.5	2	2.5		840
26	五	真的 放寒假了 祝大家假期愉快												
★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★														
★本菜單含有海鮮、花生、堅果、蛋、小麥、奶類及相關製品, 不適合過敏體質食用★														
★本公司皆使用國產豬肉★														
★表示炸物 ◆表示3章認證水產品														
主菜種類(次/月)					主菜食材特性分析(次/月)					副菜食材分析(次/月)			其他分析(次/月)	
豆類及其製品	魚肉及海鮮	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	7次	9次	17次	0次	魚肉類			其他		5次		4次	