

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	副菜3	青菜	湯品	副品	營養成分					熱量 (大卡)
										全日	每份	蛋白質	脂肪	碳水化合物	
1	三	有機白飯 <small>有機米</small>	沙茶干片 <small>豆子、沙茶醬/炒</small>	滷筍干 <small>竹筍/滷</small>	塔香寬粉 <small>甘藷、九層塔、寬粉/炒</small>	破布子苦瓜 <small>苦瓜、破布子/炒</small>	有機青菜	鮮蔬油腐湯 <small>鮮蔬、油腐</small>		6	27	2.2	2.8	0	804
2	四	什錦炒麵 <small>白油麵、時蔬</small>	紅燒豆包 <small>豆包/燒</small>	脆炒高麗 <small>甘藷、時蔬/炒</small>	雪菜花生 <small>雪菜、花生</small>	滷海帶串 <small>海帶串/滷</small>	有機青菜	玉米鮮蔬湯 <small>玉米、鮮蔬</small>	水果	6	26	2.1	2.7	1	649
3	五	雜糧飯 <small>白米、糙米</small>	三杯麵腸 <small>麵腸、時蔬/炒</small>	★酥炸鮑菇 <small>杏鮑菇/炸</small>	芹香蘿蔔絲 <small>蘿蔔、芹菜/炒</small>	紅燒紫茄 <small>茄子/燒</small>	有機青菜	海芽薑絲湯 <small>海芽、薑</small>		6	27	2.1	2.7	0	797
6	一	地瓜飯 <small>白米、地瓜</small>	香菇燒豆皮 <small>豆皮、香菇/燒</small>	脆炒鮮筍 <small>竹筍、時蔬/炒</small>	薑絲海茸 <small>海茸、薑/炒</small>	螞蟻上樹 <small>甘藷、時蔬、冬菇/炒</small>	綠色青菜	米粉湯 <small>薯蓣、甘藷、時蔬</small>		6	27	2.1	2.6	0	792
7	二	糙米飯 <small>白米、糙米</small>	滷蘭花干 <small>蘭花干/滷</small>	三杯猴頭菇 <small>猴頭菇、時蔬/炒</small>	鮮菇大瓜 <small>大黃瓜、鮮菇/炒</small>	冬粉翅干絲 <small>豆干、冬粉翅/炒</small>	綠色青菜	珍寶甜湯 <small>全穀雜糧類</small>		6	26	2.2	2.7	0	792

所有豆類製品及玉米均為非基因改造食品。※本菜單內容含有堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用。★為油炸品