

※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	主菜二	副菜一	青菜	湯	附品	大份	中份	小份	大份	中份	小份
8	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	梅干筍燉肉 <small>豬肉,梅干菜,筍(燉)</small>	★▲鹽酥雙拼 <small>雞肉,地瓜,九層塔(炸)</small>	飄香滷味 <small>海帶,豆干,豆腐,鵝蛋(滷)</small>	有機蔬菜	麵線羹 <small>麵線,蔬菜</small>	果汁	6.4	2.6	2.5	2.0	2.0	806
9	四	什錦炒麵 <small>麵條,蔬菜(炒)</small>	照燒豬排X1 <small>豬肉(炸-燒)</small>	咕咾雞 <small>雞肉,蔬菜(炸-燒)</small>	蒜炒高麗菜 <small>高麗菜,木耳,蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜	赤肉羹湯 <small>豬肉,白菜,木耳,胡蘿蔔</small>		6.5	2.5	2.7	2.0		814
10	五	燕麥飯 <small>白米,燕麥(蒸)</small>	烤腿排X1 <small>雞肉(烤)</small>	洋蔥豬柳 <small>豬肉,洋蔥,蔬菜(炒)</small>	▲豆沙包X1 <small>豆沙包(蒸)</small>	有機蔬菜	枸杞洋芋雞湯 <small>洋芋,雞肉,蔬菜</small>		6.4	2.5	2.5	2.2		803
13	一	校 ~ 慶 ~ 補 ~ 假 ~ 不 ~ 供 ~ 餐												
14	二	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	▲麥香雞X1 <small>麥香雞(烤)</small>	打拋肉醬 <small>豬肉,番茄,洋蔥,九層塔(炒)</small>	白菜滷 <small>白菜,胡蘿蔔,木耳(滷)</small>	綠色蔬菜	金針排骨湯 <small>金針,排骨,蔬菜</small>	乳品	6.3	2.6	2.7	2.0		808
15	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	蘿蔔燉肉 <small>豬肉,蘿蔔(燉)</small>	▲蒲燒魚X1 <small>魚肉(蒸)</small>	京醬干片 <small>豆干片,嫩豆,蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜	蔬菜豆腐湯 <small>豆腐,蔬菜,菇</small>		6.3	2.5	2.7	2.2		805
16	四	DIY韓式拌飯 <small>白米,蔬菜(煮)</small>	★酥炸翅腿X2 <small>雞肉(炸)</small>	泡菜肉片(不辣) <small>豬肉,白菜,蔬菜(炒)</small>	鮮蔬寬粉 <small>寬粉,蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜	韓式大醬湯 <small>馬鈴薯,蔬菜</small>		6.5	2.5	2.5	2.0		805
17	五	薏仁飯 <small>白米,薏仁(蒸)</small>	醬爆雞丁 <small>雞肉,馬鈴薯,甜椒(炒)</small>	豬肉小炒 <small>豬肉,豆干,蔬菜(炒)</small>	烤地瓜X1 <small>地瓜(烤)</small>	有機蔬菜	清甜筍片湯 <small>筍片,蔬菜</small>		6.4	2.5	2.5	2.2		803
20	一	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	菇菇燉雞 <small>雞肉,蔬菜,菇(燉)</small>	無錫燒肉 <small>豬肉,油豆腐,蔬菜(燒)</small>	胡蘿蔔白菜 <small>白菜,胡蘿蔔,木耳(炒)</small>	綠色蔬菜	綜合仙草 <small>仙草,豆類</small>		6.5	2.5	2.5	2.0		805
21	二	糙米飯 <small>白米,糙米(蒸)</small>	咖哩雞 <small>雞肉,馬鈴薯,胡蘿蔔(炒)</small>	木須炒肉 <small>豬肉,木耳,蔬菜(炒)</small>	腐皮芽菜 <small>豆芽菜,蔬菜,豆腐皮(炒)</small>	綠色蔬菜	蘿蔔小排湯 <small>蘿蔔,蔬菜,豬肉</small>		6.5	2.5	2.5	2.0		805
22	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	蔥爆肉絲 <small>豬肉,洋蔥,蔥(炒)</small>	焗烤洋芋雞 <small>雞肉,洋芋,番茄,起司(烤)</small>	豆干海帶 <small>海帶,豆干(滷)</small>	有機蔬菜	玉米蔬菜湯 <small>玉米,蔬菜</small>	水果	6.5	2.5	2.4	2.0		801
23	四	白醬義大利麵 <small>義大利麵,蔬菜(煮)</small>	香料雞排X1 <small>雞肉(燒)</small>	肉絲花椰 <small>花椰菜,胡蘿蔔,豬肉(炒)</small>	★▲地瓜薯條X4 <small>薯條(炸)</small>	有機蔬菜	南瓜濃湯 <small>南瓜,馬鈴薯,蔬菜</small>		6.5	2.7	2.8	2.0		834
24	五	蕎麥飯 <small>白米,蕎麥(蒸)</small>	蠔油肉片 <small>豬肉,蔬菜,香菇(燉)</small>	▲雞肉串X1 <small>雞肉(燒)</small>	翠炒高麗 <small>高麗菜,蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜	珍菇雞湯 <small>蔬菜,珍菇,雞肉</small>	TAP豆奶	6.4	2.5	2.5	2.2		803
27	一	紅藜飯 <small>白米,紅藜(蒸)</small>	★生鮮炸魚排X1 <small>魚排(炸)</small>	番茄燉肉 <small>豬肉,蔬菜,番茄(燉)</small>	清脆白菜 <small>白菜,蔬菜(炒)</small>	綠色蔬菜	綠豆西米露 <small>綠豆,西谷米</small>		6.5	2.6	2.5	2.0		813
28	二	香Q白飯 <small>白米(蒸)</small>	奶香南瓜雞 <small>雞肉,南瓜,玉米(炒)</small>	▲海苔粉海鮮丸X2 <small>海鮮丸,海苔粉(烤)</small>	蔬香炒筍 <small>筍,蔬菜(炒)</small>	綠色蔬菜	肉骨茶湯 <small>豬肉,蔬菜,肉骨茶包</small>	優酪乳	6.5	2.5	2.5	2.0		805
29	三	有機白米飯 <small>有機白米(蒸)</small>	五香滷肉 <small>豬肉,蔬菜(滷)</small>	▲炸雞塊X3 <small>雞塊(烤)</small>	什錦鮮瓜 <small>鮮瓜,蔬菜(煮)</small>	有機蔬菜	番茄蔬菜湯 <small>番茄,蔬菜</small>		6.5	2.5	2.5	2.2		810
30	四	香鬆飯 <small>白米,香鬆(蒸)</small>	蜜汁雞翅X1 <small>雞翅(滷)</small>	壽喜燒肉片 <small>豬肉,洋蔥,蔬菜(燒)</small>	海帶雙絲 <small>海帶,胡蘿蔔,蔬菜(炒)</small>	有機蔬菜	豆腐味噌湯 <small>豆腐,洋蔥,蔬菜,味噌</small>		6.5	2.7	2.7	2.0		829

※備註：本菜單含有蛋、奶、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。全面採用優良認證食材，使用非基因改造玉米及豆製品，若想了解更多詳細的資料歡迎至食材登錄平台查看。

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		其他分析(次/月)	
0次	1次	6次	9次	15次	1次	5次	2次	4次	2次	4次	2次	4次	2次		