

※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
1	二	白米飯 白米-蒸	茄汁豆包 豆包-燒	咖哩煲 素肚, 蔬菜-炒	炒高麗菜 高麗菜, 胡蘿蔔, 木耳-炒	綠色蔬菜	珍珠奶飲 珍珠, 奶	
2	三	有機白米飯 有機白米-蒸	五香大黑干 黑豆干-滷	錦繡金針菇 白菜, 菇, 蔬菜-煮	素燒百匯 蔬菜-燒	有機蔬菜	飄香蔬菜湯 蔬菜, 素肉	水果
3	四	清 ~ 明 ~ 連 ~ 假						
4	五							
7	一	白米飯 白米-蒸	四角腐燒 豆腐-燒	彩匯雙絲 素肉絲, 蔬菜-炒	鮮菇甘藍 高麗菜, 菇-炒	綠色蔬菜	地瓜甜湯 地瓜	
8	二	小米飯 白米, 小米-蒸	糖醋豆包 豆包-燒	回鍋干片 豆干片, 蔬菜-炒	客家三絲 干絲, 蔬菜-炒	綠色蔬菜	素肉四神湯 素肉, 薏仁, 馬鈴薯	優酪乳
9	三	有機白米飯 有機白米-蒸	羅漢齋豆腐 豆腐-燒	洋釀烤麩 素雞, 蔬菜-炒	照燒杏鮑菇 杏鮑菇, 蔬菜-燒	有機蔬菜	羅宋蔬菜湯 蔬菜	
10	四	家常麵疙瘩 麵, 蔬菜-炒	京醬蘭花干 蘭花干-燒	彩椒芽菜油片 油片, 彩椒, 豆芽-炒	有機高麗菜 蔬菜-炒	綠色蔬菜	什錦湯 白菜, 香菇, 胡蘿蔔	
11	五	胚芽飯 白米, 胚芽-蒸	臻汁麵腸 麵腸, 蔬菜-炒	毛豆煨萵菇 毛豆, 金針菇, 蔬菜-煮	蔬香粉絲 蔬菜, 粉絲-炒	有機蔬菜	大滷湯 豆腐, 蔬菜	
14	一	薏仁飯 白米, 薏仁-蒸	紅彩頭干絲 豆干絲, 胡蘿蔔, 蔬菜-炒	韓式豆腐 豆腐, 蔬菜-燒	匯香年糕 年糕, 蔬菜-炒	綠色蔬菜	紅豆西米露 紅豆, 西谷米	
15	二	白米飯 白米-蒸	三杯菇菇 杏鮑菇, 干片-炒	蓮子南瓜 南瓜, 蓮子-煮	腐皮高麗 高麗, 腐皮, 蔬菜-炒	綠色蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐, 蔬菜, 味噌	
16	三	有機白米飯 有機白米-蒸	糖醋腸捲 豆腸-炒	翠丁四寶 干丁, 毛豆, 素火腿, 玉米-炒	清香炒筍 筍, 蔬菜-炒	有機蔬菜	洋芋燉湯 洋芋, 蔬菜	TAP 豆奶
17	四	義大利麵 義大利麵-煮	爆炒油片 油腐片, 蔬菜-炒	烤地瓜X1 地瓜-烤	紅絲花椰 花椰菜, 胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米, 馬鈴薯, 胡蘿蔔	
18	五	小米飯 白米, 小米-蒸	和風豆皮 豆皮-滷	梅香燒腐 豆腐, 蔬菜-燒	菇炒大白菜 大白菜, 菇-炒	有機蔬菜	冬瓜湯 冬瓜, 蔬菜	
21	一	蕎麥飯 白米, 蕎麥-蒸	酸甜油豆腐 豆腐-燒	木耳腐竹 腐竹, 木耳, 蔬菜-炒	彩拌土豆絲 土豆絲, 彩椒-炒	綠色蔬菜	時令燉湯 蔬菜	
22	二	糙米飯 白米, 糙米-蒸	打拋豆腸 豆腸, 蔬菜-炒	香椿干絲 干絲, 蔬菜-炒	素沙茶萵菇 菇, 蘿蔔, 豆皮-煮	綠色蔬菜	素肉骨茶湯 馬鈴薯, 蔬菜, 素肉	
23	三	有機白米飯 有機白米-蒸	咖哩蘭花干 蘭花干-燒	時蔬豆腐 豆腐, 蔬菜-燒	薑炒大黃瓜 大黃瓜, 蔬菜-炒	有機蔬菜	鄉村蔬菜湯 蔬菜	果汁
24	四	炸醬拌麵 麵-煮	藥膳豆包 豆包-燒	蔬香素肚 素肚, 蔬菜-炒	★香酥天婦羅 山藥捲, 地瓜-炸	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	
25	五	紅藜飯 白米, 紅藜-蒸	素蟹黃豆腐煲 豆腐, 蔬菜, 筍筍-煮	小小菇麵輪 菇, 麵輪-煮	有機高麗菜 蔬菜-炒	綠色蔬菜	薑絲鮮瓜湯 鮮瓜, 蔬菜	
28	一	白米飯 白米-蒸	栗子烤麩 烤麩, 蔬菜, 栗子-滷	高纖拌毛豆 毛豆, 玉米, 紅藜-炒	蔬炒鮑菇 杏鮑菇, 蔬菜-炒	綠色蔬菜	蘿蔔湯 蘿蔔	
29	二	胚芽飯 白米, 胚芽-蒸	滷味黑干 黑豆干-滷	齋香腐皮 腐皮, 蔬菜-炒	五柳彩蔬 三色椒, 豆芽, 蔬菜-炒	綠色蔬菜	紅豆麥片 紅豆, 麥片	鮮奶
30	三	有機白米飯 有機白米-蒸	麻油拌素雞 素雞, 蔬菜-拌	蜜汁豆腐 豆腐-燒	金粒薯塊 馬鈴薯, 玉米, 胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	清甜筍湯 筍, 蔬菜, 素肉	

◆全面使用非基改玉米及豆製品 ※本菜單含有豆、蛋、奶、麩質、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮、芒果及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。