

※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	歡樂咖哩豬 豬肉,馬鈴薯,胡蘿蔔-炒	★兒童節拼盤 雞塊X2,地瓜薯條-炸	木耳花椰 花椰菜,木耳-炒	綠色蔬菜	珍珠奶飲 珍珠,奶		7.2	2.5	2.7	2.0	863	
2	三	有機白米飯 有機白米-蒸	五香肉排X1 豬肉-燒	金粒雞蓉豆腐 雞茸,豆腐,玉米-炒	胡蘿高麗 高麗菜,胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	飄香雞湯 蔬菜,雞肉	水果	7.0	2.5	2.5	2.0	840	
3	四	清 ~ 明 ~ 連 ~ 假												
4	五													
7	一	白米飯 白米-蒸	客家風味豬 豬肉,筍,梅干菜-油	★酥炸雞排X1 雞肉-炸	家常寬粉 蔬菜,寬粉-炒	綠色蔬菜	柴魚油腐湯 油豆腐,蘿蔔		7.2	2.5	2.6	2.0	859	
8	二	小米飯 白米,小米-蒸	糖醋魚排X1 (生鮮水產品) 魚-燒	菇菇燉雞 雞肉,菇,蔬菜-燉	田園玉米 玉米,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	豬肉四神湯 豬肉,薏仁,馬鈴薯	優酪乳	7.0	2.6	2.7	2.0	857	
9	三	有機白米飯 有機白米-蒸	三杯雞 雞肉,米血糕-炒	清燴肉片 豬肉,蔬菜-燴	胡蘿蔔炒蛋 雞蛋,胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	羅宋蔬菜湯 蔬菜		6.8	2.6	2.5	2.0	834	
10	四	雞肉飯 白米,雞肉-煮	吮指翅小腿X2 雞肉-油	海帶肉絲 豬肉,海帶-炒	有機高麗菜 蔬菜-炒	綠色蔬菜	什錦湯 白菜,香菇,胡蘿蔔		7.0	2.5	2.5	2.0	840	
11	五	胚芽飯 白米,胚芽-蒸	醍醐燒肉 豬肉,蘿蔔-燒	雞香八寶丁 雞肉,豆干丁,玉米,毛豆-炒	川耳炒瓜 鮮瓜,木耳-炒	有機蔬菜	大滷湯 豆腐,蔬菜		6.8	2.5	2.5	2.0	826	
14	一	薏仁飯 白米,薏仁-蒸	韓式炒豬 豬肉,蔬菜-炒	雞肉串X1 雞肉-燒	腐皮拌菜 豆芽菜,蔬菜,腐皮-炒	綠色蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜,蔬菜,豬肉		7.4	2.5	2.5	2.0	868	
15	二	白米飯 白米-蒸	▲麥香雞X1 雞肉-烤	風味西魯肉 白菜,香菇,蔬菜,肉絲-炒	番茄炒蛋 雞蛋,番茄-炒	綠色蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐,蔬菜,味噌		7.0	2.7	2.6	2.0	800	
16	三	有機白米飯 有機白米-蒸	壽喜燒肉片 豬肉,蔬菜-燒	蒲燒魚X1 魚-蒸	海帶雙絲 海帶,豆干絲-炒	有機蔬菜	洋芋雞湯 洋芋,蔬菜,雞肉	TAP豆奶	7.0	2.5	2.6	2.0	845	
17	四	義大利麵 義大利麵-煮	★金黃炸雞翅X1 雞肉-炸	肉絲花椰 肉絲,花椰菜,胡蘿蔔-炒	烤地瓜X1 地瓜-烤	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米,馬鈴薯,胡蘿蔔		7.4	2.5	2.7	2.0	877	
18	五	小米飯 白米,小米-蒸	無錫燉肉 豬肉,油豆腐-燉	柴香雞柳 雞柳,洋蔥-炒	木須津白 木耳,蔬菜-炒	有機蔬菜	冬瓜小排湯 冬瓜,蔬菜,豬肉		6.8	2.5	2.5	2.0	828	
21	一	蕎麥飯 白米,蕎麥-蒸	洋釀豬排X1 豬肉,年糕,蔬菜-燒	香蔥雞炒蛋 雞蛋,雞肉,洋蔥-炒	燴炒白菜 白菜,蔬菜-炒	綠色蔬菜	時令雞湯 蔬菜,雞肉		7.0	2.5	2.5	2.0	840	
22	二	糙米飯 白米,糙米-蒸	田園嫩雞 玉米,雞肉,蔬菜-炒	砂鍋腐燒魚X2 魚肉,豆腐-燒	紅蘿時瓜 時瓜,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	肉骨茶湯 馬鈴薯,蔬菜,豬肉		7.0	2.5	2.6	2.0	845	
23	三	有機白米飯 有機白米-蒸	滷翅腿X2 翅腿-油	芝香蒲燒豚 豬肉,洋蔥-炒	什錦炒筍 筍,胡蘿蔔,木耳-炒	有機蔬菜	鄉村蔬菜湯 蔬菜	果汁	6.8	2.5	2.5	2.0	826	
24	四	漢堡麵包 麵包	瓜仔肉燥 豬絞肉,瓜仔,蔬菜-油	★▲香酥雞排X1 雞肉-炸	鮮蔬花椰 蔬菜,花椰-炒	有機蔬菜	田園鹹粥 蔬菜,白米		7.2	2.5	2.7	2.0	863	
25	五	紅藜飯 白米,紅藜-蒸	蜜汁滷味豬 豬肉,豆干,海帶-油	焗醬燉雞 雞肉,馬鈴薯,蔬菜-燉	有機高麗菜 蔬菜-炒	綠色蔬菜	薑絲鮮瓜湯 鮮瓜,蔬菜		7.0	2.5	2.6	2.0	845	
28	一	白米飯 白米-蒸	★金黃魚排X1 魚-炸	肉香豆腐煲 豆腐,豬絞肉-油	菇香白菜 白菜,蔬菜-炒	綠色蔬菜	蘿蔔小排湯 蘿蔔,豬肉		6.8	2.5	2.7	2.0	835	
29	二	胚芽飯 白米,胚芽-蒸	咖哩雞 雞肉,馬鈴薯,蔬菜-炒	豬肉小炒 豬肉,豆干-炒	拌炒海帶 海帶-炒	綠色蔬菜	紅豆麥片 紅豆,麥片	鮮奶	7.3	2.5	2.6	2.0	866	
30	三	有機白米飯 有機白米-蒸	甜不辣干鍋雞 雞肉,甜不辣-炒	豚香鮮蔬 豬肉絲,白菜,蔬菜-炒	啵啵金粒 玉米,馬鈴薯,毛豆-炒	有機蔬菜	清甜筍湯 筍,豬肉		7.1	2.5	2.6	2.0	832	

◆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。

豆類及其製品	魚肉及海鮮	主菜種類(次/月)		主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(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	
0次	2次	9次	9次	18次	2次	2次	0次	5次	2次