



臺灣雜誌網標準格式、QRcode 一掃即知
 請求編號：11005710

日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜	季節蔬菜	湯品	全穀雜糧	豆魚肉類	蔬菜類	油類	熱量		
1	三	元旦放假											
2	四	蔬食日 百鬆飯	沙茶滷味 豆干素肚-滷	蛋酥白菜 大白菜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-煮	HAPPY NEW YEAR 2025	白醬洋芋 鈴薯Q紅蘿蔔Q絞肉S通心粉-煮	季節 青菜	綠豆Q圓湯 綠豆Q圓	6.8	2.4	2	3.1	846
3	五	小米飯	炸面脆皮雞*1 雞排S-炸	壽喜燒肉片 肉片S洋蔥Q-煮	5.2.1	木耳扁蒲 蒲瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	有機 蔬菜	海結排骨湯 海帶結排骨S	6.5	2.5	2	3.2	837
6	一	燕麥飯	銀蘿燉肉 肉丁S蘿蔔Q紅蘿蔔Q-燉	蒸蛋 雞蛋Q-蒸		干片炒肉絲 干片肉絲S-炒	產銷 履歷	田園濃湯 南瓜Q紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.5	2.4	2	3	820
7	二	香Q白飯	五香雞腿x1 雞腿S-滷	金黃炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒		培根高麗 高麗菜Q培根S紅蘿蔔Q-炒	有機 蔬菜	味噌小魚湯 海帶芽小魚干	6.7	2.5	2	3.1	846
8	三	義大利麵	日式炸豬排*1 豬排S-炸	敏豆肉絲 敏豆腐壓肉絲S-炒		豆沙包 豆沙包S-蒸	季節 青菜	金針湯 乾金針雞丁S木耳Q	6.5	2.6	2	3.3	849
9	四	麥片飯	蒜香時蔬魚 魚丁Q高麗菜Q-燒	時瓜肉末 冬瓜Q絞肉S紅蘿蔔Q毛豆履歷-煮		甜醬雙併 年糕黑輪S-煮	有機 蔬菜	冬瓜茶山粉圓 山粉圓Q圓冬瓜茶磚	7	2.3	2	3	848
10	五	五穀米飯	黑椒排骨x1 排骨S-滷	黃金甘薯條 甘薯條履歷-炸		肉末炒蛋 洋蔥Q絞肉S雞蛋Q-炒	有機 蔬菜	結頭菜湯 結頭菜Q雞丁S	6.8	2.4	2	3.2	850
13	一	香Q白飯	三杯雞 雞丁S豆干-煮	丸子只弟 貢丸S魷魚丸S-炸		砂鍋白菜 大白菜Q肉絲S紅蘿蔔Q-煮	產銷 履歷	紅豆烤奶 紅豆履歷 奶粉	6.5	2.4	2	3.2	829
14	二	海苔飯	義式燉肉 肉丁S洋蔥Q-燉	香拌雜菜 冬粉黃豆芽Q海帶芽-炒		茶碗蒸 雞蛋Q-蒸	有機 蔬菜	玉米蛋花湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.7	2.4	2	3	834
15	三	台式炒飯	蠔香雞腿排x1 雞腿排S-滷	白玉肉羹 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉羹S-煮		薑味海帶根 海帶根紅蘿蔔Q-炒	季節 青菜	洋芋濃湯 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q雞蛋Q	6.5	2.5	2	3	828
16	四	糙米飯	香酥魚排x1 魚排Q-炸	什繪彩丁 玉米粒Q毛豆履歷紅蘿蔔Q-煮		蔥炒肉絲 洋蔥Q肉絲S紅蘿蔔Q-炒	有機 蔬菜	冬瓜雞丁湯 冬瓜Q雞丁S	6.8	2.5	2	3.3	862
17	五	麥片飯	蒜味南瓜雞 雞丁S南瓜Q紅蘿蔔Q-煮	醬燒蘿蔔糕 蘿蔔糕-燒		紅蔥干丁肉燥 豆干丁絞肉S-煮	有機 蔬菜	佛手排骨湯 佛手瓜Q排骨S	7	2.4	2	3.2	864
20	一	胚芽米飯	炸雞腿*1 雞腿S-炸	茄汁炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q-炒		芽菜海絲 豆干絲豆芽菜Q海帶絲紅蘿蔔Q-炒	產銷 履歷	時蔬味噌湯 蘿蔔Q鮮菇Q	6.5	2.5	2	3	828
新年快樂 2月菜單													
11	二	香Q白飯	麻香肉片 肉片S豆薯Q-煮	螞蟻上樹 冬粉絞肉S紅蘿蔔Q高麗菜Q-炒		玉米炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	有機 蔬菜	柴香豆腐湯 豆腐	7	2.4	2	3	855
12	三	糙米飯	香酥雞排*1 雞排S-炸	滷香世家 豆干素肚貢丸S酸菜T-滷		蒲瓜肉絲 蒲瓜Q紅蘿蔔Q肉絲S-炒	季節 青菜	綠豆Q圓湯 綠豆Q圓	6.5	2.6	2	3.3	849
13	四	肉末炒飯	古早味大排x1 排骨S-滷	薑味冬瓜 冬瓜Q絞肉S紅蘿蔔Q-煮		夜市黑輪塊 黑輪Q芹菜Q-炒	有機 蔬菜	芙蓉濃湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.8	2.3	2	3.2	843
14	五	麥片飯	義式燉雞 雞丁S洋蔥Q-煮	蛋香白菜 大白菜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-煮		鍋燒雙味 海帶結筍T-燒	有機 蔬菜	雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q肉絲S	6.5	2.4	2	3	820
17	一	燕麥飯	時蔬雞丁 雞丁S高麗菜Q-煮	彩繪四色 玉米粒Q毛豆履歷紅蘿蔔Q絞肉S-煮		三杯雙味 油腐米血S-煮	產銷 履歷	黃瓜排骨湯 黃瓜Q排骨S	6.8	2.4	2	3	841
18	二	胚芽米飯	家鄉滷肉 肉丁S筍T-滷	地瓜薯條 甘薯條履歷-炸		洋蔥炒蛋 洋蔥Q雞蛋Q-炒	有機 蔬菜	日式小魚湯 海帶芽小魚干	6.8	2.4	2	3.2	850
19	三	香Q白飯	五香雞腿排x1 雞腿排S-滷	蜜汁黑干 黑豆干-燒		鮮炒佛手 佛手瓜Q肉羹S紅蘿蔔Q-炒	季節 青菜	黑糖山粉圓 山粉圓Q圓	6.5	2.5	2	3	828
20	四	焗烤 茄汁螺旋麵	金黃魚排x1 魚排Q-炸	大根燒 蘿蔔Q昆布提紅蘿蔔Q玉米粒Q-煮		豆沙包 豆沙包S-蒸	有機 蔬菜	南瓜濃湯 南瓜Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.4	2	3.3	834
21	五	糙米飯	Lemon雞翅*1 雞翅S-烤	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒		韭香銀芽 豆芽菜Q紅蘿蔔Q韭菜Q-炒	有機 蔬菜	肉骨茶湯 豆薯Q排骨S	6.5	2.5	2	3	828
24	一	香Q白飯	滷雞腿x1 雞腿S-滷	炸醬干丁 豆干丁毛豆履歷紅蘿蔔Q絞肉S-煮		蒸蛋 雞蛋Q-蒸	產銷 履歷	燒仙草 大豆綠豆Q圓	6.5	2.6	2	3	835
25	二	麥片飯	薑燒魚丁 魚丁Q洋蔥Q-燒	什炒黃瓜 黃瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒		麥香雞 雞胸堡S-炸	有機 蔬菜	豆腐羹湯 豆腐木耳Q雞蛋Q筍T紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2	3.2	837
26	三	香菇油飯	鹽酥雞 雞丁Q-炸	沙茶蘿蔔燒 蘿蔔Q魷魚羹S紅蘿蔔Q-煮		滷味燙 高麗菜Q肉片S豆筍泡麵-滷	季節 青菜	玉米蛋花湯 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q	6.5	2.3	2	3.2	822
27	四	五穀米飯	五香燉肉 肉丁S海帶結-燉	紅絲炒蛋 紅蘿蔔Q雞蛋Q-炒		泰式寬粉 寬粉Q絞肉S-煮	有機 蔬菜	大頭菜雞湯 大頭菜Q雞丁S	6.7	2.4	2	3	834
★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米													
★本廠一律使用國產豬肉、雞肉(含再製加工品)。													
★三章1Q豆奶日：1/2(四)、2/13(四)													
(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：溯源農糧產品 (T)：產地-台灣													