

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	熱量
4/1	一	燒烤肉選類	義式香草雞排 燒:雞排S	芋泥包 蒸:芋泥包S	奶油花椰菜 炒:花椰菜Q, 蒜苗Q	有機蔬菜	蘑菇濃湯 杏鮑菇Q, 玉米Q, 蒜苗Q, 洋蔥Q, 奶粉		6.9	2.8	2.6	860
4/2	二	親職日補假，本日不供餐										
4/3	三	兒童節/清明節連假，本日不供餐										
4/6	六	兒童節/清明節連假，本日不供餐										
4/7	一	麥片飯	芝麻蜜汁豬排 燒:豬排S, 芝麻	麥香雞堡 烤:雞堡Sx1	開陽蒲瓜 燒:蒲瓜Q, 蒜苗Q, 木耳Q, 蝦米	有機蔬菜	日式味噌湯 白蘿蔔Q, 海帶芽, 味噌		6.7	2.6	2.7	841
4/8	二	雞肉飯	炸雞翅 炸:雞翅S	貢丸+海豆干 湯:貢丸S, 豆干	古早味筍干 燒:筍干, 朴菜	履歷蔬菜	紅豆湯 紅豆T		6.6	2.7	2.9	845
4/9	三	玉米飯 (蔬食日)	三杯肉燥 炒:絞肉S, 油豆腐, 九層塔	茶碗蒸 蒸:蛋Q, 香菇Q	肉燥高麗菜 煮:高麗菜Q, 木耳Q, 絞肉S	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐, 筍, 木耳Q, 蒜苗Q, 肉絲S, 蛋Q	豆奶	6.5	2.7	2.8	836
4/10	四	白飯	宮保雞丁 炒:雞丁T, 洋蔥Q, 小瓜Q, 泡花生	咖哩洋芋 煮:洋芋Q, 蒜苗Q, 毛豆Q	肉絲飲豆 炒:飲豆Q, 肉絲S	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄Q, 蛋Q		6.6	2.6	2.7	834
4/13	一	紅藜飯	糖醋排骨 燒:肉丁S, 排骨S, 洋蔥Q, 彩椒Q	燻果黑豆干 湯:蜜豆干, 燻果	清炒大瓜 燒:大瓜Q, 蒜苗Q, 木耳Q	履歷蔬菜	紫魚豆腐湯 豆腐, 紫魚		6.5	2.6	2.7	824
4/14	二	白飯	砂鍋豆腐魚 煮:魚丁Q, 凍豆腐, 高麗菜Q, 木耳Q	豬肉部隊鍋 炒:韓式泡菜, 貢丸, 豆干, 蔥, 肉片S	蒜蓉晚筍 炒:筍, 蒜苗Q, 蒜	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米Q, 蒜苗Q, 洋芋Q, 蛋Q, 奶粉		6.6	2.6	2.5	825
4/15	三	肉燥乾麵	海雞腿 湯:雞腿S	椒鹽炸雙拼 炸:地瓜Q, 豆干, 豆腐	白菜滷 燒:白菜Q, 蒜苗Q, 木耳Q, 豆皮	季節蔬菜	冬瓜肉片湯 冬瓜Q, 小蔥, 肉片S		6.7	2.8	2.8	855
4/16	四	白飯	客家海豬腳 湯:肉丁S, 豬蹄S, 蔥干	洋蔥歐姆蛋 炒:洋蔥Q, 玉米Q, 蒜苗Q, 蛋Q, 毛豆Q	甜選關東煮 煮:白蘿蔔Q, 黑輪Q, 油豆腐, 海帶芽, 味噌	有機蔬菜	蒲瓜雞湯 蒲瓜Q, 雞丁T		6.6	2.7	2.7	837
4/17	五	小米飯	椒麻炸雞排 炸:淋醬, 雞排S, 洋蔥Q	番茄打拋豬 炒:番茄Q, 洋蔥Q, 絞肉S, 九層塔	蒜炒豆芽菜 炒:豆芽菜Q, 蒜苗Q, 芹Q	有機蔬菜	紫米地瓜圓 紫米, 地瓜圓		6.5	2.6	2.9	836
4/20	一	白飯	香料咖哩雞 煮:雞丁T, 地瓜T, 蒜苗Q	醬炒豆干豬 炒:豆干片, 洋蔥Q, 肉絲S, 蒜苗	古早味白菜 燒:大白菜Q, 蒜苗Q, 木耳Q, 蒜	履歷蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜, 肉片S		6.6	2.7	2.6	834
4/21	二	胚芽飯	黑胡椒肉排 湯:豬排S	番茄炒蛋 炒:番茄Q, 蛋Q	炒甜不辣 炒:小黃瓜Q, 蒜苗Q, 甜不辣Q	有機蔬菜	蒜味三絲湯 金針菇Q, 蒜苗Q, 木耳Q, 肉絲S		6.6	2.8	2.7	846
4/22	三	家常蛋炒飯	炸雞腿 炸:雞腿S	爆油海鮮捲x1 燒:海鮮捲S, 洋蔥Q	菜脯季豆 炒:飲豆Q, 蒜苗Q, 菜脯	季節蔬菜	綠豆粉圓 綠豆, 粉圓		6.7	2.8	2.9	860
4/23	四	麥片飯	茄汁燒魚 煮:魚丁Q, 馬鈴薯Q, 洋蔥Q, 蒜苗Q	奶油蘑菇雞 煮:杏鮑菇Q, 雞肉T, 彩椒Q, 奶粉	雙色花椰 炒:花椰菜Q	有機蔬菜	鮮菇筍片湯 筍, 肉片S, 菇Q		6.6	2.7	2.6	837
4/24	五	白飯	紅燒排骨 湯:豬排S	炸雞塊x2 炸:雞塊S	冬瓜土豆麵筋 煮:冬瓜Q, 麵筋, 水素花生	有機蔬菜	海苔蛋花湯 海帶芽, 蛋Q, 薑		6.5	2.7	2.7	832
4/27	一	紅藜飯	卡啦炸雞 炸:雞排S	麻婆豆腐 燒:豆腐, 絞肉S, 蒜苗	魚丸蒲瓜 炒:蒲瓜Q, 蒜苗Q, 木耳Q, 魚丸Q	履歷蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜, 筍絲, 粉絲, 肉絲S		6.5	2.8	2.9	848
4/28	二	白飯	蒲燒鯛 蒸:蒲燒鯛Q, 豆芽菜Q	蒜蓉冬粉 炒:冬粉, 絞肉S, 芹Q, 蒜苗Q	鹽水時蔬 炒:高麗菜Q, 小瓜Q, 木耳Q	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐, 味噌, 紫魚		6.7	2.6	2.7	838
4/29	三	肉絲炒麵	蔥油雞排 燒:雞排S, 蒜苗	黃金地瓜薯 炸:地瓜Q	豆干小炒 炒:豆干片, 蒜苗Q, 肉絲S	季節蔬菜	蒜味牛肉羹 白菜Q, 木耳Q, 蒜苗Q, 肉絲S, 蛋Q		6.8	2.8	2.9	867
4/30	四	白飯	義式燒肉 煮:肉丁S, 番茄Q, 洋芋Q, 洋蔥Q	紅絲炒蛋 炒:蒜苗Q, 蛋Q	紫魚蘿蔔煮 煮:白蘿蔔Q, 海帶芽, 紫魚	有機蔬菜	地瓜芋圓湯 地瓜T, 芋圓		6.5	2.7	2.7	834

★食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材 *菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」，不適合其過敏體質者食用，請留意。

☆ 回饋豆奶:4/9(四)

營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩