

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菓	湯品	加餐	全蛋	豆魚	蔬菓	油	麵量
6/1	四	燕麥飯 蔬食日	南瓜豆腐煲 燒:南瓜Q,豆腐	日式蒸蛋 蒸:蛋Q,柴魚片,青蔥	芝麻季豆 炒:鮮豆T,芝麻	有機蔬菓 紫菜蛋花湯 紫菜,蛋Q,金針菇Q	豆切	6	7	7	8	4
6/2	五	白米飯	鹹酥雞丁 炸:雞丁S,胡椒粉	脆炒蒲瓜 炒:蒲瓜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	蛋花福州丸 油:蛋Q,福州丸S,芹菜Q	有機蔬菓 竹筍肉片湯 竹筍,肉片S		6	7	7	8	4
6/5	一	黃金小米飯	泰式打拋肉片 燒:番茄Q,洋蔥Q,肉片S	炸醬乾丁肉燥 煮:豆干,絞肉S,毛豆T,紅蘿蔔Q	彩椒花椰菜 炒:彩椒Q,花椰菜S	有機蔬菓 豆薯雞湯 豆薯Q,雞肉S		6	7	7	8	4
6/6	二	白米飯	卡拉雞腿 炸:雞腿S	白玉肉羹 煮:紅,白蘿蔔Q,絞肉S	醋溜海帶絲 炒:海帶絲,彩椒Q,豆干絲	有機蔬菓 味噌豆腐湯 味噌,豆腐,柴魚片		6	7	7	8	4
眷村炸選麵 蜜汁豬排 鮮肉包 韭香芹菜 泰式酸辣湯 燒:豬排S,白芝麻 蒸:肉包S 炒:芹菜Q,韭菜Q,紅蘿蔔Q 香珍菇Q,豬肉S,番茄Q												
6/8	四	白米飯	杏菇三杯雞 燒:雞肉S,杏鮑菇Q,九層塔	可樂餅拼鍋貼 炸:可樂餅S,鍋貼S	蒜香高麗 炒:高麗Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菓 酸菜肉片湯 酸菜,肉片S		6	7	7	8	4
6/9	五	小薏仁飯	醬燒大排 油:豬排S	洋芋彩丁 煮:絞肉S,洋芋Q,三色豆S	油香嫩豆腐 煮:香蔥,蒜泥,辣椒,豆腐	有機蔬菓 黑糖山粉圓 黑糖,山粉圓		6	7	7	8	4
6/12	一	白米飯	茄汁雞米花 燒:雞丁S,洋蔥Q,番茄Q,白芝麻	紅燒豆腐 煮:豆腐,絞肉S,蔥	白菜滷 炒:大白菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菓 海帶肉絲湯 海帶,肉絲S		6	7	7	8	4
6/13	二	蕎麥飯	照燒里肌肉排 燒:豬肉S	清炒大瓜 炒:大瓜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	什錦粉絲 炒:高麗Q,絞肉S,冬粉,紅蘿蔔Q	有機蔬菓 南瓜濃湯 南瓜Q,玉米S,洋芋Q		6	7	7	8	4
紅蔥滷肉飯 粉嫩雞排 烤肉醬雙拼 關東煮 綠豆小薏仁 燒:雞排S 燒:天婦羅Q,豆干,白芝麻 煮:紅,白蘿蔔Q,玉米S,油豆腐 綠豆,小薏仁												
6/15	四	地瓜飯	酥炸魚塊*? 炸:虱目魚Q	布丁蒸蛋 蒸:蛋Q	蜜汁豆干 燒:豆干,芝麻	有機蔬菓 藥膳蘿蔔湯 白蘿蔔Q,排骨T,S,當歸		6	7	7	8	4
6/16	五	白米飯	糖醋骨排 燒:排骨S	豆薯燴雞蓉 燒:玉米S,豆薯Q,雞絞肉T	熱炒海根 炒:海帶,金針菇Q,薑絲	有機蔬菓 蔬菜蛋花湯 金針菇Q,蛋Q,番茄Q,豆腐		6	7	7	8	4
6/17	六	白米飯	咖哩雞丁 煮:雞丁S,洋芋Q,紅蘿蔔Q,毛豆T	脆筍香菇 煮:筍片,香菇Q,紅蘿蔔Q	海鮮排 炸:海鮮排S	有機蔬菓 味噌海芽湯 味噌,海帶芽		6	7	7	8	4
6/19	一	白米飯	醬燒魚丁 煮:洋蔥Q,洋芋Q,魚丁S,紅蘿蔔Q	百頁炒肉片 炒:百頁豆腐,肉片S,西洋芹Q	佛手瓜炒鴻喜菇 炒:佛手瓜Q,鴻喜菇Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菓 酸辣湯 筍,蛋Q,木耳Q,紅蘿蔔Q,豆腐		6	7	7	8	4
6/20	二	紅藜麥飯	巴比Q燒肉排 燒:豬肉S,洋蔥Q,白芝麻	麥克雞塊*? 炸:雞塊S	滷味湯 煮:豆皮,蒟蒻,高麗Q,海帶	有機蔬菓 紅豆烤奶 紅豆T,粉圓,切粉		6	7	7	8	4
什錦炒麵 脆皮雞翅 五味蘿蔔糕 脆炒敏豆 大瓜雞湯 炸:雞翅S 煮:香蔥,蒜泥,辣椒,蘿蔔糕 炒:敏豆T,紅蘿蔔Q,美白菇Q 大黃瓜Q,紅蘿蔔Q,雞丁S												
~端午連假~												
6/26	一	白米飯	鐵路大排 油:豬排S	玉米高麗花椰 炒:玉米S,高麗Q,花椰菜S	海結燒油豆腐 燒:海結,油豆腐	有機蔬菓 白玉赤肉湯 紅,白蘿蔔Q,豬肉S		6	7	7	8	4
6/27	二	麥片飯	馬鈴薯燻雞 煮:雞丁S,洋芋Q,紅蘿蔔Q,洋蔥Q	香菇肉末筍丁 煮:香菇Q,豬肉S,筍丁	蒜香大白菜 炒:大白菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菓 番茄豆腐湯 番茄Q,豆腐		6	7	7	8	4
主廚肉絲炒飯 黑胡椒鮮嫩肉排 翡翠蝦捲 南瓜鮮菇 地瓜芋圓 燒:豬排S,三色豆S 煮:蝦捲S,蛋Q,三色豆S 炒:南瓜Q,香菇Q,木耳Q,紅蘿蔔Q 地瓜Q,芋圓												
6/29	四	白米飯	香酥魚排 炸:虱目魚排S	冬瓜燒肉 燒:冬瓜Q,豬肉S	洋蔥紅絲蛋 炒:洋蔥Q,紅蘿蔔Q,蛋Q	有機蔬菓 芹菜粉絲湯 芹菜Q,紅蘿蔔Q,冬粉,肉絲S		6	7	7	8	4
6/30	五	紫米飯	彩椒照燒雞丁 燒:洋蔥Q,彩椒Q,雞肉S	干片炒肉絲 炒:豆干,肉絲S	針菇絲瓜 炒:絲瓜Q,金針菇Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菓 雪花菇菇湯 金針菇Q,高麗菜Q,紅蘿蔔Q,肉絲S		6	7	7	8	4

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

營養師:沈凱理、黃琬瑩、張韻瑩、呂亦瑾 6/1(四)供應豆切

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛切、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。