



日期	星期	主食	主菜	美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	全日總計	油類	糖類	鹽類	其他
4/1	一	白米飯	瓜仔雞丁 煮:雞丁S.麻油瓜	番茄蒸蛋 蒸:番茄Q.洋蔥Q.蛋Q.豆腐	蔬菜粉絲 炒:高麗菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.冬粉	履歷蔬菜	紅豆紫米露 紅豆T.紫米	62	22	28	3	67
4/2	二	十穀飯	日式炸豬排 炸:豬排S	小瓜炒肉片 炒:小黃瓜Q.洋蔥Q.肉片S	脆炒高麗 炒:高麗菜Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	豆腐味噌湯 豆腐.味噌	62	22	28	3	58
歡慶兒童節特餐~~												
4/3	三	蘑菇肉醬麵	吮指雞排 燒:雞排S	地瓜條+雞塊 炸:地瓜條Q.雞塊S	奶香花椰菜 炒:花椰菜S.奶粉	有機蔬菜	韓式黃豆芽湯 黃豆芽Q.蘿蔔Q.肉絲S	62	22	28	3	86
4/4~5兒童節、清明節放假												
4/8	一	紅藜飯	紅燒肉排 燒:豬排S	海結滷豆干 滷:海帶結.豆干	香蔥紅絲蛋 炒:蛋Q.紅蘿蔔Q.洋蔥Q.青蔥	履歷蔬菜	白玉雞丁湯 紅白蘿蔔Q.雞丁S	62	22	28	3	56
4/9	二	白米飯	三杯雞腿 燒:雞腿S.九層塔	大瓜肉羹 煮:大瓜Q.豬肉片S.紅蘿蔔Q	香酥魚塊*2 炸:虱目魚塊Q	有機蔬菜	玉米蛋花湯 玉米粒S.洋蔥Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	62	22	28	3	67
4/10	三	肉絲炒飯	古早味豬排 燒:豬排S	甜不辣+玉米餅 炸:甜不辣Q.玉米餅S	彩燴時蔬 炒:小瓜Q.杏鮑菇Q.玉米筍Q.紅蘿蔔Q	季節蔬菜	冬瓜排骨湯 冬瓜Q.排骨S	62	22	28	3	76
4/11	四	白米飯	油腐滷蛋 滷:滷蛋S.油豆腐	花瓜肉燥 燒:碎瓜.豆干	芽菜三絲 炒:豆芽菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	有機蔬菜	酸菜脆筍湯 酸菜.脆筍	62	22	28	3	57
4/12	五	麥片飯	蔥燒雞翅 燒:雞翅S	麻婆豆腐 燒:豆腐.豬絞肉S.青蔥	什錦大頭菜 炒:大頭菜Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	綠豆小薏仁 綠豆.小薏仁	62	22	28	3	68
4/15	一	白米飯	蒲燒鯛魚排 蒸:蒲燒鯛Q.豆芽Q	肉燥淋高麗 炒:高麗菜Q.絞肉S.紅蘿蔔Q	蔥爆干片 炒:豆干.紅蘿蔔Q.蔥	履歷蔬菜	白玉蘿蔔湯 白蘿蔔Q.肉片S.芹菜Q	62	22	28	3	57
4/16	二	燕麥飯	糖醋豬排 燒:豬排S	冬瓜肉末 煮:冬瓜Q.絞肉S	蒜香花椰菜 炒:花椰菜S.彩椒Q	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄Q.豆腐.蛋Q	62	22	28	3	67
4/17	三	奶醬鮮菇麵	卡啦雞排 炸:雞排S	玉米關東煮 煮:白蘿蔔Q.油豆腐.玉米S	燒賣*2 蒸:燒賣S	季節蔬菜	南瓜濃湯 南瓜Q.杏鮑菇Q.洋蔥Q	62	22	28	3	78
4/18	四	黑芝麻飯	傳統焢肉 燒:豬肉丁S.豬腳丁Q.筍干	香菇蒸蛋 炒:香菇Q.蛋Q.紅蘿蔔Q.蔥	白菜滷 燒:白菜Q.芋頭Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐.脆筍絲.木耳Q.紅蘿蔔Q.肉絲S.蛋Q	62	22	28	3	58
4/19	五	白米飯	南洋椰香雞 煮:雞丁S.洋芋Q.紅蘿蔔Q.毛豆T	泰香打拋豬 煮:絞肉S.洋芋Q.番茄Q.九層塔	脆炒佛手瓜 炒:佛手瓜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	有機蔬菜	紅豆QQ 紅豆T.QQ	62	22	28	3	58
4/22	一	小米飯	炸雞腿 炸:雞腿S	五味油豆腐 燒:油豆腐.香菜.蒜.辣椒	蛋酥炒高麗 炒:高麗菜Q.蛋Q.木耳Q.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯Q.玉米粒S.洋蔥Q	62	22	28	3	59
4/23	二	白米飯	虱目魚排 炸:虱目魚排S	肉燥淋敏豆 炒:敏豆T.絞肉S.紅蘿蔔Q	杏鮑菇洋芋 燒:杏鮑菇Q.洋芋Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	金針肉絲湯 乾金針.金針菇Q.肉絲S	62	22	28	3	58
4/24	三	日式炒烏龍	黑胡椒肉排 燒:豬排S	豆沙包 蒸:豆沙包S	塔香海帶根 燒:海帶.紅蘿蔔Q.九層塔	季節蔬菜	味噌蔬菜湯 味噌.高麗菜Q.秀珍菇Q	62	22	28	3	77
4/25	四	白米飯	香烤翅小腿*2 烤:翅小腿S	客家小炒 炒:豆干片.蔥.豬肉S	肉末涼薯 炒:豆薯Q.豬絞肉S.紅蘿蔔Q.毛豆T	有機蔬菜	薏米冬瓜湯 冬瓜Q.小薏仁.豬肉片S	62	22	28	3	67
4/26	五	糙米飯	巴比Q肉片 炒:肉片S.豆芽菜Q	小瓜炒蛋 炒:小黃瓜Q.洋蔥Q.蛋Q	海鮮卷 燒:海鮮卷S.大白菜Q	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 冬瓜糖.山粉圓.小薏仁	62	22	28	3	68
4/29	一	白米飯	花生燉雞丁 燉:雞丁S.花生	寧波年糕煮 煮:白菜Q.木耳Q.年糕片	肉燥小油丁 滷:油豆腐.豬絞肉S.紅蔥片	履歷蔬菜	暖胃藥膳湯 白蘿蔔Q.豬肉片S.當歸片	62	22	28	3	59
4/30	二	紫米飯	蒜香茄汁魚 燒:魚丁S.黑輪丁Q.番茄Q.蒜	佛手瓜滑蛋 炒:佛手瓜Q.紅蘿蔔Q.蛋Q	芹香細粉 炒:冬粉.西芹Q.紅蘿蔔Q	有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜.豬肉片S	62	22	28	3	58

★ 食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材，未使用輻射汙染食品

☆ 回饋豆奶:4/29(一)

◎ 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。

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:沈凱瑋、張韻瑩、梁蘊萱