

日期	星期	主食	主菜1	副菜1	副菜2	副菜3	湯品	附品	全糖糖漿(份)	豆製品(份)	蛋類(份)	油類(份)	熱量 kcal
1	一	香Q白飯	梅干焗肉 <small>豬肉, 筍, 梅干菜(燒)</small>	番茄炒蛋 <small>蛋, 番茄(炒)</small>	腐皮白菜 <small>大白菜, 乾蘿蔔, 豆皮(炒)</small>	青菜	黃瓜雞湯 <small>黃瓜, 雞肉</small>		7	2.5	2	2.5	840
2	二	士福油飯	香滷雞翅*1 <small>三節雞翅(滷)</small>	台式年糕豬 <small>豬肉, 大白菜, 年糕(燒)</small>	芝香豆段 <small>敏豆, 白芝麻(炒)</small>	青菜	綠豆薏仁湯 <small>綠豆, 薏仁</small>		7	2.5	2	2.5	840
3	三	燕麥飯	黑椒肉柳 <small>豬肉條, 洋蔥(炒)</small>	★麥香雞排*1 <small>麥香雞排(炸)</small>	紅絲花椰 <small>花椰菜, 青花菜, 乾蘿蔔(炒)</small>	青菜	肉骨茶湯 <small>白蘿蔔, 豆皮, 排骨</small>	水果	7	2.5	2	2.5	840

4/4~4/7連假

8	一	蘑菇鐵板麵	洋釀翅腿*2 <small>翅腿(燻)</small>	玉兔包*1 <small>玉兔包(蒸)</small>	韭香豆苳 <small>豆苳菜, 乾蘿蔔, 韭菜(炒)</small>	青菜	番茄豆腐湯 <small>豆腐, 番茄</small>		7	2.2	2	2.5	818
9	二	香Q白飯	普羅旺斯燻肉 <small>洋芋, 蔬菜, 豬肉(燻)</small>	玉米炒蛋 <small>玉米, 蔬菜, 蛋(炒)</small>	海山蘿蔔煮 <small>白蘿蔔, 乾蘿蔔, 玉米(煮)</small>	青菜	地瓜脆圓湯 <small>脆圓, 地瓜</small>		7	2.5	2	2.5	840
10	三	小米飯	蒜香肉片 <small>豬肉片, 豆苳菜(炒)</small>	鮮瓜炒雞 <small>雞肉, 大黃瓜(炒)</small>	毛豆玉米 <small>玉米粒, 馬鈴薯, 毛豆, 乾蘿蔔(炒)</small>	青菜	味噌蛋花湯 <small>蛋, 海帶苳</small>	水果	7	2.2	2	2	795
11	四	香Q白飯	★鹽酥雞 <small>雞肉, 地瓜(炸)</small>	醬爆甜不辣 <small>甜不辣, 洋蔥(炒)</small>	木耳白菜 <small>木耳, 大白菜, 蔬菜(炒)</small>	青菜	薑絲冬瓜湯 <small>冬瓜, 豬骨, 薑</small>		7	2.2	2	2.5	818
12	五	芝麻飯	香筍水煮雞 <small>雞丁, 筍(煮)</small>	回鍋干片 <small>豆干片, 蔬菜(炒)</small>	蝦香蒲瓜 <small>蒲瓜, 乾蘿蔔, 蝦皮(炒)</small>	青菜	苳菜肉絲湯 <small>黃豆苳, 豬肉, 蔬菜(煮)</small>	水果	7	2.2	2	2.5	818
15	一	胚苳飯	醃滷滷肉 <small>豬肉塊, 豆干(滷)</small>	玉米雞苳 <small>玉米粒, 馬鈴薯, 蔬菜, 雞肉(炒)</small>	蒜香高麗 <small>高麗菜, 木耳, 乾蘿蔔(炒)</small>	青菜	菌菇豆腐湯 <small>豆腐, 金針菇, 鴻喜菇, 乾蘿蔔</small>		7	2.2	2	2.4	813
16	二	香Q白飯	吉野家燒肉 <small>豬肉片, 洋蔥, 白芝麻(燒)</small>	★麥克雞塊*2 <small>麥克雞塊(炸)</small>	蔬菜冬粉 <small>冬粉, 豆苳菜, 乾蘿蔔, 木耳(炒)</small>	青菜	紅豆麥片湯 <small>麥片, 紅豆</small>		7	2.5	1.7	2.5	833
17	三	玉米飯	奶香燻雞 <small>雞肉, 馬鈴薯, 奶粉(煮)</small>	肉香蘿蔔 <small>蘿蔔, 豬肉(燒)</small>	金菇花椰 <small>花椰菜, 青花菜, 金針菇, 乾蘿蔔(炒)</small>	青菜	筍子肉絲湯 <small>筍, 豬肉, 木耳</small>	水果	7	2.3	2	2.5	825
18	四	麥片飯	照燒醬魚條*2 <small>魚條(燒)</small>	日式咖哩豬 <small>豬肉塊, 馬鈴薯, 乾蘿蔔(煮)</small>	海帶干絲 <small>海帶絲, 干絲, 蔬菜(燒)</small>	青菜	羅宋湯 <small>豬絞肉, 高麗菜, 番茄, 洋蔥</small>		7	2.5	1.7	2.5	833
19	五	蔥油雞絲拌麵	紅燒豬排*1 <small>豬排(燒)</small>	甘藷條 <small>地瓜(烤)</small>	鮮菇白菜 <small>大白菜, 乾蘿蔔, 鴻喜菇(炒)</small>	青菜	蘿蔔排骨湯 <small>白蘿蔔, 排骨</small>	水果	7	2.2	2	3	840

4/22~4/25 全中運 加油



26	五	香Q白飯	★香酥翅腿*2 <small>翅腿(炸)</small>	肉香豆腐 <small>豆腐, 豬絞肉(燒)</small>	海絲苳菜 <small>豆苳菜, 海帶絲(炒)</small>	青菜	珍珠甜湯 <small>粉圓</small>	水果	7	2.5	2	2.5	840
29	一	五穀飯	醋溜豬柳 <small>豬柳, 洋蔥(炒)</small>	腐皮花枝捲*1 <small>花枝捲(燒)</small>	蝦香白菜 <small>大白菜, 乾蘿蔔, 木耳, 蝦皮(炒)</small>	青菜	香菇雞湯 <small>白蘿蔔, 雞肉, 乾香菇</small>		7	2.5	2	2.5	840
30	二	香Q白飯	花瓜燒雞 <small>雞肉塊, 鮑頭菜, 花瓜(燒)</small>	洋芋炒蛋 <small>蛋, 馬鈴薯, 乾蘿蔔(炒)</small>	脆炒高麗 <small>高麗菜, 木耳(炒)</small>	青菜	味噌昆布湯 <small>昆布, 豆腐(煮)</small>		7	2.3	2	2.5	825

★因市場因素更換菜色, 敬請見諒★本菜單採用非基改之玉米及豆製品★

★本菜單含有海鮮、花生、堅果、蛋、小麥、奶類及相關製品, 不適合過敏體質食用★

★本公司皆使用國產豬肉★

★表示炸物

主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)	
豆類及其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油產品	甜湯
						魚肉類	其他		
0次	1次	8次	7次	16次	0次	2次	2次	4次	4次