



日期	星期	主食	主菜1	副菜1	副菜2	副菜3	湯品	附品	全蛋類 每份(份)	豆魚蛋肉類 每份(份)	蔬菜類 每份(份)	油類類 每份(份)	熱量 kcal
13	一												
14	二	白飯 白米	親子丼 雞肉 蛋 蔬菜(煮)	豆干肉片 豬肉 豆干 蔬菜(燒)	香芝豆段 長豆 芝麻(炒)	青菜	巧達濃湯 洋芋 玉米粒 蛋		5	2.7	2	2.5	756
15	三	麥片飯 白米 麥片	香滷控肉 豬肉 筍乾(煮)	西班牙炒蛋 蛋 馬鈴薯 洋蔥(炒)	鮮蔬時瓜 大黃瓜 金針菇(炒)	青菜	蔬菜雞湯 大白菜 紅蘿蔔 雞肉		5.2	2.7	2	2.5	770
16	四	DIY義式拌麵 麵條 玉米粒 雞肉	照燒豬排*1 豬排(燒)	香烤地瓜條*4 地瓜條(烤)	川耳干絲 干絲 木耳(炒)	青菜	肉骨茶湯 豆皮 白蘿蔔 排骨		5.3	2.8	2	2.5	786
17	五	五穀飯 白米 五穀米	暖呼呼麻油雞 雞肉 菇 高麗菜(燒)	泰式打拋豬 豬肉 豆豉 九層塔(炒)	金菇花椰 金針菇 綠花椰 花椰菜(炒)	青菜	肉絲芥菜湯 薑豆芥 豬肉		5.5	2.5	2	2.5	773
20	一	香Q白飯 白米	泡菜豬 豬肉 年糕 白菜(燒)	福州丸*1 福州丸 玉米粒 白蘿蔔(燒)	脆炒白藍 高麗菜 紅蘿蔔(炒)	青菜	味噌蛋花湯 味噌 蛋		5.5	2.5	2	2.5	773

這學期辛苦了！寒假快樂！

★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

◆表示3章認證水產品