

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	空杯 淨重 (g)	烹調 淨重 (g)	油重 (g)	水重 (g)	食重 (g)	食重 (g)	食重 (g)
01	三	有機飯	洋釀年糕雞 芝麻+年糕+雞肉+綠時蔬-燒	紹子豆腐 祥園豬肉+豆腐+褐時蔬-煮	大醬芽菜 豆芽菜+紅時蔬-煮	有機蔬菜	什錦蔬菜湯 祥園豬肉+紅時蔬-煮		6.5	2.8	2.0	2.8			874
02	四	小米飯	家鄉滷肉 祥園豬肉+白時蔬-油	螞蟻上樹 祥園豬肉+干丁+冬粉+綠時蔬-煮	清炒高麗 高麗菜+紅時蔬-炒	有機蔬菜	鮮瓜雞湯 雞肉+瓜+薑-煮		6.6	3.0	2.0	2.8			896
03	五	五穀飯	蘑菇奶香雞 雞肉+紅時蔬-煮	◎椒鹽花枝丸X2 花枝丸-烤	鮮蔬蘿蔔 白蘿蔔+黃時蔬-煮	有機蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆+薏仁-煮		6.2	2.8	2.0	3.0			860
06	一	紅藜飯	金黃咖哩豬 祥園豬肉+馬鈴薯+紅時蔬-煮	★◎麥克雞塊X2 雞塊-炸	金菇海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	柴魚味噌湯 味噌+豆腐+柴魚-煮	鮮奶	6.2	2.8	2.0	2.8	1.0		951
07	二	特製 義大利麵	燒烤雞排X1 雞排-烤	番茄肉醬 祥園豬肉+紅時蔬-煮	地瓜薯條X3 地瓜薯條-烤	青菜	玉米濃湯 玉米+紅時蔬-煮		6.2	2.8	2.0	2.8			851
08	三	有機飯	照燒豬排X1 豬排-燒	日式蒸蛋 蛋-蒸	時令鮮瓜 瓜+紅時蔬-燴	有機蔬菜	鮮蔬肉絲湯 祥園豬肉+紅時蔬-煮		6.5	3.0	2.0	2.8			889
09	四	胚芽飯	紐澳良炒豬 祥園豬肉+紅時蔬-炒	★酥脆魚丁X3 魚丁-炸	鮮炒高麗 高麗菜+紅時蔬-炒	有機蔬菜	花生麥片湯 花生+麥片-煮		6.2	3.0	1.9	3.0			873
10	五	紫米飯	沙茶雞肉煲 雞肉+綠時蔬-燒	蔥燒豆腐 豆腐+祥園豬肉+綠時蔬-煮	脆炒花椰 花椰菜+黃時蔬-炒	有機蔬菜	金榜麵線羹 麵線+時蔬+柴魚片-煮		6.6	2.8	2.0	3.0			890
13	一	薏仁飯	泰式打拋 祥園豬肉+時蔬-煮	★◎轟炸雞柳條X2 雞柳條-炸	爆炒白菜 豆包+大白菜+時蔬-煮	青菜	泰式蔬菜湯 紅時蔬-煮	水果	6.5	3.0	2.0	3.0	1.0		958
14	二	麥片飯	蒜泥白肉 祥園豬肉+蒜-煮	玉米炒蛋 蛋+玉米-炒	季節鮮瓜 瓜+紅時蔬-煮	青菜	蘿蔔雞湯 雞肉+白蘿蔔+紅時蔬-煮		6.2	3.0	2.0	2.8			866
15	三	有機飯	壽喜燒雞 雞肉+紅時蔬-燒	★金黃魚條X2 魚-炸	椒香四季 四季豆+黃時蔬-炒	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐+紅時蔬-煮		6.4	2.8	2.0	2.8			866
16	四	招牌油飯	古早味烤雞翅X1 三節雞翅-烤	滷味拼盤 豆干+鵝蛋+黃時蔬-油	彩繪花椰 花椰菜+紅時蔬-煮	有機蔬菜	筍子湯 筍-煮		6.6	3.0	1.9	2.8			894
17	五	糙米飯	蔥燒豬肉 祥園豬肉+黃時蔬-燒	干絲小炒 干絲+祥園豬肉+綠時蔬-炒	鮮炒甘藍 高麗菜+褐時蔬-炒	有機蔬菜	◎黑糖珍珠 粉圓+黑糖-煮		6.4	3.0	2.0	3.0			890
20	一	小米飯	招牌咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+紅時蔬-煮	★◎可樂餅X1 可樂餅-炸	奶香白菜 大白菜+紅時蔬-煮	青菜	海芽味噌湯 味噌+豆腐+海芽-煮	鮮奶	6.2	3.0	2.0	3.0	1.0		975
21	二	五穀飯	◎鹽水雞 米血+雞肉+黃時蔬-煮	番茄炒蛋 番茄+蛋+黃時蔬-煮	芝麻滷海結 芝麻+海結+黃時蔬-油	青菜	紅豆湯圓 紅豆+湯圓-煮		6.6	3.0	1.9	2.9			898
22	三	有機飯	黑糖滷肉 祥園豬肉+黃時蔬-油	醬汁魚塊X2 魚-燒	鮮炒花椰 花椰菜+紅時蔬-炒	有機蔬菜	什錦蔬菜湯 祥園豬肉+紅時蔬-煮		6.4	2.8	2.0	2.8			866
23	四	蒜香 義大利麵	西式豬排X1 豬排-燒	椒鹽薯餅X4 馬鈴薯餅-烤	彩繪四季 四季豆+黃時蔬-煮	有機蔬菜	南瓜濃湯 南瓜+地瓜+紅時蔬-煮		6.5	2.9	2.0	2.9			889
24	五	胚芽飯	★酥炸花枝排X1 花枝排-炸	豬肉干丁 干丁+祥園豬肉+黃時蔬-炒	鮮蔬燴瓜 瓜+寬粉+紅時蔬-燴	有機蔬菜	薏仁雞湯 大薏仁+雞肉+黃時蔬-煮	履歷 豆漿	6.3	3.0	2.0	2.8			874
25	六	紫米飯	照燒嫩雞 雞肉+綠時蔬-燒	燒肉油腐 油豆腐+祥園豬肉+黃時蔬-燒	什錦高麗 高麗菜+紅時蔬-煮	青菜	薑絲紫菜湯 紫菜+祥園豬肉+薑-煮		6.4	2.8	2.0	2.8			866
27	一	紅藜飯	瓜仔肉 祥園豬肉+豆干+褐時蔬-煮	★鹽酥雞X3 雞肉-炸	蝦醬炒筍 筍+褐時蔬-炒	青菜	蘿蔔湯 白蘿蔔+黃時蔬-煮	水果	6.2	2.8	1.9	2.8	1.0		909
28	二	薏仁飯	無錫排骨 祥園豬肉+芝麻+年糕-煮	香蔥炒蛋 蔥+蛋+綠時蔬-炒	芝香芽菜 豆芽菜+紅時蔬-煮	青菜	鮮瓜湯 瓜+薑-煮		6.4	2.8	2.0	2.8			866
29	三	有機飯	蠔油蒜味雞 雞肉+油豆腐+綠時蔬-炒	★椒鹽魚丁X3 魚丁-炸	奶香薯丁 馬鈴薯+時蔬-煮	有機蔬菜	肉骨茶湯 排骨+時蔬-煮		6.2	2.8	1.9	2.8			849
30	四	蔥油 雞汁拌飯	叉燒翅小腿X2 翅小腿-燒	◎鮮蔬肉丸X1 獅子頭+白時蔬-煮	椒鹽四季 四季豆+褐時蔬-炒	有機蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓+冬瓜塊-煮		6.4	3.0	2.0	3.0			890
31	五	雜糧飯	◆奶油鮮魚 魚+紅時蔬-煮	◎三杯雞 雞肉+米血糕+九層塔-煮	什錦高麗 高麗菜+紅時蔬-煮	有機蔬菜	結頭菜雞湯 雞肉+結頭菜+黃時蔬-煮		6.2	3.0	2.0	3.0			875

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

主菜種類(次/月)			主菜食材特性(次/月)			副菜食材分析(次/月)			其他分析(次/月)	
烹調 及烹 調次	烹調 及烹 調次	豬 肉	雞 肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品	甜湯	
		次	次	次	次	魚、肉類	其他			
						次	次			
0	7	11	11	24	3	3	2	8	5	

本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米

◆表示3章1Q增加溯源水產品

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

