

本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改造食材並符合三章一Q規範，敬請安心食用。

◎本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀類、大豆、魚類及其製品，不適合對其過敏體質者食用！

電話：(02)29851830 地址：新北市三重區國道一段59號 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)林芳好(營養字第009677)郭麗嘉(營養字第011610)許正玲(營養字第011822) 已投保明台產物1億產品責任險。



日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全雞 雞腿	豆腐 蛋肉	蔬菜	油脂	水果	熱量
1	一	白飯	蜜汁豬排×1 豬排-燒	絞肉嫩腐 豆腐、洋蔥、豬肉-煮	翠炒甘藍 高麗菜、蔬菜-炒	青菜 玉米、雞蛋、蔬菜	玉米蛋花湯 水果（中高）	5.3	2.6	2.1	2.6	1	796
2	二	芝麻飯	椰汁咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、蔬菜-煮	海苔魷魚丸×2 魷魚丸、海苔粉-烤	鮮菇瓠瓜 扁蒲、蔬菜、菇-炒	有機青菜 銀羅排骨湯 蘿蔔、豬肉	水果（低）	5.5	2.6	2.1	2.5	1	805
3	三	白飯	沙茶豆雞片 豆雞片、蔬菜-炒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔-炒	時蔬粉絲 大白菜、冬粉、蔬菜-炒	青菜 薑絲海芽湯 海帶芽、薑		5.8	2.5	1.9	2.4		749
蔬食日		白米-蒸											

～ ～ ～ 兒童清明連假 ～ ～ ～

8	一	海苔香鬆飯	BBQ烤雞翅×1 三節雞翅-烤	蔬菜肉片 大白菜、豬肉、蔬菜-煮	醬滷冬瓜 冬瓜、菇、雞輪-滷	青菜 結頭排骨湯 結頭菜、豬肉	水果（中高）	5.4	2.6	2.1	2.4	1	794
9	二	白飯	鳳梨咕咾肉 豬肉、蔬菜、鳳梨-燒	洋芋炒蛋 雞蛋、馬鈴薯、毛豆-炒	芝麻海帶結 海帶結、白芝麻-滷	有機青菜 玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉	水果（低）	5.7	2.5	1.9	2.5	1	807
10	三	小米飯	白醬燉菜 豬絞肉、南瓜、蔬菜、奶粉-煮	堅果四分干 豆干、堅果-燒	蒜香高麗 高麗菜、蔬菜、蒜-炒	青菜 貢丸湯 蘿蔔、貢丸		5.6	2.6	2	2.6		754
蔬食日													
11	四	白飯	墨西哥燉肉 豬肉、馬鈴薯、蔬菜、番茄-燉	麥克雞塊×2 雞塊-烤	鮮菇花椰 花椰菜、菇-炒	青菜 昆布嫩雞湯 海帶芽、雞肉	水果（全）	5.5	2.6	2	2.6	1	807
12	五	烤肉 醬香炒飯	烤小雞腿×2 翅小腿-烤	鹽燒豬肉 蘿蔔、豬肉-煮	翠炒四季 長豆、紅蘿蔔-炒	青菜 韓式大醬湯 豆腐、蔬菜、味噌、柴魚		5.5	2.6	2.2	2.4		743
15	一	白飯	和風咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、蔬菜-煮	香雞堡排×1 香雞堡排-烤	紅片結頭 結頭菜、紅蘿蔔-炒	青菜 鮮蔬蛋花湯 蔬菜、雞蛋	水果（中高）	5.7	2.6	2	2.5	1	817
16	二	雜糧飯	鹹酥雞×4 雞肉、長豆-炸	酢醬肉燥 豆干、豬肉、蔬菜-炒	熱炒甘藍 高麗菜、木耳-炒	有機青菜 馬鈴薯排骨湯 馬鈴薯、蔬菜、豬肉	水果（低）	5.5	2.6	1.9	2.6	1	805
17	三	白飯	茶碗蒸 雞蛋、玉米-蒸	海帶滷油腐 油豆腐、蘿蔔、海帶-煮	蝦香扁蒲 扁蒲、菇、蝦皮-炒	青菜 酸辣清湯 豆腐、蔬菜		5.5	2.6	2.1	2.5		745
蔬食日								產履豆漿					
18	四	薏仁飯	麻油雞 雞肉、菇、枸杞-煮	番茄炒蛋 雞蛋、豆腐、番茄-炒	螞蟻上樹 高麗菜、冬粉、豬肉、蔬菜-炒	青菜 味噌海芽湯 海帶芽、蔬菜、味噌、柴魚	水果（全）	5.8	2.5	1.9	2.5	1	814
19	五	白飯	蒲燒魚丁×3 生鮮魚丁-燒	腰果雞蓉 玉米、雞肉、毛豆、腰果-炒	白菜滷 大白菜、蔬菜-煮	青菜 元氣雞湯 蘿蔔、雞肉、菇、枸杞		5.5	2.6	2.1	2.5		745
22	一	胚芽飯	奶香菇菇雞 雞肉、菇、蔬菜、奶粉-燉	豆干炒肉絲 豆干、豬肉、蔬菜-炒	木耳四季 長豆、紅蘿蔔、木耳-炒	青菜 結頭玉米湯 玉米、結頭菜	水果（中高）	5.6	2.5	2.1	2.4	1	800
23	二	白飯	日式洋芋燉肉 豬肉、馬鈴薯、蔬菜-燉	芝香甜不辣 甜不辣、洋蔥、白芝麻-炒	佃煮蘿蔔 蘿蔔、菇-煮	有機青菜 裙帶豆腐湯 海帶芽、豆腐	水果（低）	5.7	2.6	2	2.5	1	817
24	三	紫米飯	滷蛋 雞蛋-滷	鍋燒白菜 大白菜、木耳、角螺-煮	紅藜毛豆 豆薯、蔬菜、毛豆、鷹嘴豆、紅藜-炒	青菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑		5.4	2.6	2.1	2.6		743
蔬食日													
25	四	白飯	鐵板豬柳 豬肉、洋蔥-炒	玉米炒蛋 雞蛋、玉米-炒	海帶三絲 海帶、紅蘿蔔、芹菜、薑-炒	青菜 巧達濃湯 馬鈴薯、蔬菜、雞蛋、奶粉	水果（全）	5.8	2.5	1.9	2.4	1	809
26	五	番茄肉醬 義大利麵	岩烤雞排×1 雞排-烤	地瓜薯條×4 地瓜-烤	蒜香花椰 花椰菜、木耳、蒜-炒	青菜 珍菇蔬菜湯 高麗菜、菇、蔬菜		5.7	2.4	2.2	2.5		747
29	一	白飯	泰式打拋豬 豬肉、蔬菜、九層塔-炒	酸甜海鮮排×1 海鮮排-燒	爆炒高麗 高麗菜、紅蘿蔔、蝦皮-炒	青菜 青木瓜雞湯 青木瓜、雞肉、枸杞	水果（中高）	5.4	2.6	2.1	2.6	1	803
30	二	芝麻飯	蘿蔔炆雞 雞肉、蘿蔔、菇-煮	家常滷味 豆干、海帶-滷	芋香白菜 大白菜、芋頭、蔬菜-煮	有機青菜 味噌蛋花湯 雞蛋、海帶芽、味噌、柴魚	水果（低）	5.5	2.6	2	2.5	1	803