

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。

◎本菜單含有芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀類、大豆及其製品，不適合對其過敏體質者食用！



日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	油脂	水果	熱量
1	一	白飯	紅燒豆包 豆包-燒(1個)	醬燒凍豆腐 凍豆腐、馬鈴薯、蔬菜-煮	素絲長豆 長豆、蔬菜、素肉絲-炒	青菜 青 菜	結頭菇菇湯 結頭菜、菇	水果	5.7	2.5	2.1	2.5	752
2	二	芝麻飯	佛跳牆 烤麩、芋頭、菇、栗子、紅棗-煮	客庄小炒 豆干、蔬菜、豆豉-炒	翠炒甘藍 高麗菜、蔬菜-炒	有機青菜	山藥洋芋湯 馬鈴薯、山藥、枸杞	水果	6	2.4	2.1	2.5	765
3	三	白飯	沙茶豆雞片 豆雞、小黃瓜、彩椒-炒	五香三角腐 油豆腐-滷(1個)	鮮菇瓠瓜 扁蒲、蔬菜、菇-炒	青菜	番茄黃芽湯 番茄、黃豆芽		5.5	2.4	2.2	2.5	733
~~~~ 兒童清明連假 ~~~~													
8	一	麥片飯	味噌油腐煮 油豆腐、蘿蔔-煮	三杯麵腸 麵腸、菇、九層塔-炒	時蔬粉絲 大白菜、冬粉、蔬菜-炒	青菜	青木瓜煲湯 青木瓜、紅棗、枸杞	水果	6	2.4	2	2.6	767
9	二	白飯	什錦腐竹 豆包、芋頭、蔬菜-燒	紹子豆腐 豆腐、蔬菜、素絞肉-煮	醬滷冬瓜 冬瓜、菇、麵輪-滷	有機青菜	高山金針湯 乾金針花、蘿蔔	水果	5.7	2.5	2.2	2.5	754
10	三	小米飯	茄汁素雞丁 素雞、豆薯、番茄-煮	蜜糖豆干 豆干、地瓜-燒	芝麻海帶結 海帶結、白芝麻-滷	青菜	南瓜濃湯 南瓜、馬鈴薯、椰漿		6	2.4	2.1	2.6	770
11	四	板栗香菇油飯 (含白米50%)	素梅干扣肉 素東坡肉排、筍、梅菜-滷(1個)	酸甜凍腐 凍豆腐、白芝麻-燒	清炒高麗 高麗菜、蔬菜-炒	青菜	味噌海芽湯 海帶芽、油片、味噌	水果	5.7	2.5	2.1	2.6	756
12	五	蕎麥飯	蔬菜捲 蔬菜捲-烤(1個)	鍋燒豆包 豆包、蔬菜-煮	鮮菇花椰 花椰菜、菇-炒	青菜	玉米豆腐湯 豆腐、玉米、蔬菜		5.7	2.5	2.2	2.6	759
15	一	白飯	南瓜燒豆腐 豆腐、南瓜、蔬菜-煮	酸菜炒素肚 素肚、酸菜-炒	乾煸四季 長豆、豆干、菜脯-炒	青菜	田園蔬菜湯 蔬菜、番茄	水果	5.7	2.5	2.1	2.5	752
16	二	雜糧飯	香滷蘭花干 蘭花干、豆豉-滷(1個)	果香豆腸 豆腸、蔬菜、鳳梨-煮	紅片結頭 結頭菜、紅蘿蔔-炒	有機青菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑	水果	5.7	2.4	2.2	2.6	751
17	三	白飯	番茄豆雞片 豆雞、馬鈴薯、番茄-燒	海帶滷油腐 油豆腐、蘿蔔、海帶-煮	熱炒甘藍 高麗菜、蔬菜-炒	青菜	清甜白菜湯 大白菜、蔬菜		5.7	2.4	2.2	2.5	747
18	四	客家炒粿條	蜜汁素火腿 素火腿、白芝麻-燒(2個)	京醬豆干 豆干、蔬菜-炒	鮮菇扁蒲 扁蒲、菇-炒	青菜	海帶芽湯 海帶芽、薑	水果	5.5	2.5	2.2	2.6	745
19	五	白飯	咖哩素雞丁 素雞、馬鈴薯、蔬菜-煮	腰果干丁 豆干、玉米、腰果-炒	螞蟻上樹 高麗菜、冬粉、素絞肉、蔬菜-炒	青菜	大滷湯 豆腐、筍子、蔬菜		6	2.5	2	2.6	775
22	一	胚芽飯	四喜烤麩 烤麩、蔬菜、芋頭、菇-燒	玉米嫩腐 豆腐、玉米-煮	白菜滷 大白菜、蔬菜-煮	青菜	黃瓜素丸湯 大黃瓜、素丸	水果	6	2.5	2.2	2.5	775
23	二	白飯	酸菜炒麵腸 麵腸、酸菜-炒	紅燒獅子頭 素獅子頭、蔬菜-煮(1個)	木耳四季 長豆、蔬菜-炒	有機青菜	味噌豆腐湯 豆腐、味噌	水果	5.5	2.5	2.1	2.5	738
24	三	紫米飯	麵輪滷味 麵輪、蔬菜、海帶-滷	素炒蒼蠅頭 豆干、長豆、豆豉-炒	佃煮蘿蔔 蘿蔔、菇-煮	青菜	豆包海芽湯 海帶芽、豆包		5.5	2.5	2.2	2.5	740
25	四	白飯	西芹炒素肚 素肚、西芹、蔬菜-炒	鮑菇黑干 黑豆干、杏鮑菇、九層塔-滷	紅藜毛豆 豆薯、蔬菜、鷹嘴豆、紅藜-炒	青菜	鮮菇筍片湯 筍子、菇	水果	5.7	2.5	2.2	2.5	754
26	五	燕麥飯	滷四角腐 四角油腐-滷(1個)	鹽水豆腸 豆腸、蔬菜-煮	海帶三絲 海帶、蔬菜-炒	青菜	清燉蘿蔔湯 雙色蘿蔔		5.5	2.4	2.2	2.5	733
29	一	茄汁義大利麵	香酥素雞排 素雞排-炸(1個)	堅果四分干 四分干、蔬菜、堅果-滷	雙色花椰 花椰菜、木耳-炒	青菜	針菇海芽湯 海帶芽、金針菇	水果	5.5	2.5	2.1	2.6	742
30	二	芝麻飯	咖哩凍豆腐 凍豆腐、馬鈴薯、蔬菜-煮	冬瓜煨腐竹 豆包、冬瓜-煮	爆炒高麗 高麗菜、蔬菜-炒	有機青菜	關東煮湯 油豆腐、蘿蔔、菇	水果	5.7	2.5	2.2	2.5	754