



符合三章10及  
全面使用非基改食材

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆☆本公司未使用輻射汙染食品☆

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	備註	全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜類	油脂類	水果	熱量
1	二	薏仁飯 白米+洋薏仁	蔥爆肉柳 豬肉+洋蔥-炒	醬爆雞丁 小黃瓜+雞肉-燴	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米+雞蛋		5.1	2.5	2.3	2.4	0	710
2	三	蘑菇鐵板麵 麵+豬肉+菇	滷雞排 雞排(X1)-滷	產銷蔬菜		結頭菜湯 結頭菜+菇	鮮奶	5.0	2.4	2.4	2.5	0	703
3	四	麥片飯 白米+麥片	甜醬油燒豬排 豬排(X1)-燒	番茄蛋豆腐 豆腐+雞蛋+番茄-煮	產銷蔬菜	鮮菇味噌湯 金針菇+海帶芽	水果	5.2	2.5	2.5	2.3	1	778
4	五	白飯 白米	三杯雞 雞肉+鮑菇-炒	玉米炒蛋 雞蛋+玉米-炒	產銷蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓		5.1	2.5	2.3	2.4	0	710
7	一	糙米飯 白米+糙米	打拋肉片 豬肉+洋蔥+番茄-炒	紅燒油豆腐 油豆腐+菇-燒	產銷蔬菜	青菜蛋花湯 雞蛋+青菜		5.2	2.5	2.4	2.4	0	720
8	二	白飯 白米	炸雞翅 雞翅(X1)-炸	麻婆豆腐 豆腐+豬肉-煮	有機蔬菜	番茄鮮蔬湯 高麗菜+芹菜+番茄		5.2	2.4	2.3	2.5	0	714
9	三	茄汁肉醬麵 麵+豬肉+番茄	嫩汁豬排 豬排(X1)-燒	產銷蔬菜		綠豆湯 綠豆	鮮奶	5.0	2.5	2.3	2.4	0	703
10	四	白飯 白米	咖哩燉雞 雞肉+洋芋-煮	香菇蒸蛋 雞蛋+香菇-蒸	產銷蔬菜	蒜味羹湯 筍+豬肉+紅蘿蔔	水果	5.2	2.5	2.2	2.4	1	775
11	五	五穀飯 白米+五穀米	黑干滷肉 豬肉+黑豆干-滷	大醬冬粉雞 寬冬粉+雞肉+大醬-炒	產銷蔬菜	冬瓜湯 冬瓜+薑		5.1	2.6	2.1	2.5	0	717
14	一	白飯 白米	卡邦尼雞 雞肉+洋芋-煮	豆干小炒 豆干+豬肉+芹菜-炒	產銷蔬菜	黃瓜排骨湯 黃瓜+湯排		5.1	2.4	2.3	2.6	0	712
15	二	蕎麥飯 白米+蕎麥	炸魚排 魚排(X1)-炸	菜脯蛋 雞蛋+菜脯-炒	有機蔬菜	味噌湯 蘿蔔+海帶芽		5.2	2.6	2.2	2.3	0	718
16	三	皮蛋瘦肉粥 白米+豬肉+雞蛋+皮蛋	莎莎醬雞排 雞排(X1)+番茄-煮	雙色小饅頭 雙色小饅頭(各1)-蒸		產銷蔬菜	鮮奶	5.0	2.5	2.2	2.6	0	710
17	四	燕麥飯 白米+燕麥	壽喜燒肉丼 豬肉+洋蔥+芝麻-煮	鮑菇玉米雞 玉米+鮑菇+雞肉-炒	產銷蔬菜	酸辣湯 豆腐+筍+木耳	水果	5.2	2.4	2.5	2.4	1	775
18	五	白飯 白米	蠔油雞丁 雞肉+菇-煮	酸菜凍腐鍋 凍豆腐+白菜+豬肉+酸菜-煮	產銷蔬菜	地瓜甜湯 地瓜		5.1	2.5	2.2	2.3	0	703
21	一	胚芽飯 白米+胚芽米	木須肉絲 豬肉+木耳+雞蛋-炒	甜不辣關東煮 油豆腐+蘿蔔+甜不辣-煮	產銷蔬菜	柴魚雞湯 金針菇+柴魚+雞骨		5.1	2.4	2.4	2.4	0	705
22	二	白飯 白米	紐澳良雞排 雞排(X1)-燒	馬鈴薯燉肉 洋芋+豬肉-煮	有機蔬菜	海芽蛋花湯 雞蛋+海帶芽		5.2	2.6	2.1	2.4	0	720
23	三	海鮮炒飯 白米+豬肉+海鮮	醬燒大排 豬排(X1)-燒	產銷蔬菜		四神湯 洋蔥仁+湯排	鮮奶	5.1	2.6	2.0	2.5	0	715
24	四	白飯 白米	山藥燉雞 雞肉+山藥-煮	咖哩肉末豆腐 豆腐+豬肉-煮	產銷蔬菜	羅宋湯 豆薯+番茄+芹菜	水果	5.2	2.4	2.4	2.3	1	768
25	五	地瓜飯 白米+地瓜	桂林排骨 豬肉-燴	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔-炒	產銷蔬菜	紅豆麥片湯 紅豆+麥片		5.0	2.5	2.3	2.4	0	703
28	一	白飯 白米	沙嗲魚 魚肉+豆芽菜+沙嗲醬-煮	番茄肉醬 豆干+豬肉+番茄+毛豆-煮	產銷蔬菜	肉骨茶湯 豆薯+菇		5.1	2.5	2.2	2.5	0	712
29	二	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	可樂滷豬腳 豬肉+豬腳+蘿蔔-滷	海芽炒蛋 雞蛋+玉米+海帶芽-炒	有機蔬菜	巧達濃湯 洋芋+雞蛋		5.1	2.4	2.3	2.5	0	707
30	三	青醬義大利麵 麵+豬肉+青醬	烤雞腿 雞腿(X1)-烤	產銷蔬菜		椰香西米露 地瓜+西谷米+椰奶	鮮奶	5.2	2.4	2.3	2.4	0	710
31	四	糙米飯 白米+糙米	蔥爆肉片 豬肉+洋蔥-炒	味噌油腐雞 油豆腐+雞肉-煮	產銷蔬菜	黃瓜雞湯 黃瓜+雞骨	水果	5.2	2.6	2.3	2.3	1	780