

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	湯品	附品	全蛋 每份(個)	蛋黃 每份(個)	雞蛋(個)	肉類(個)	水果(個)	熱量 (大卡)
04	一	<b>紅藜飯</b> 白米+紅藜米-蒸	<b>招牌咖哩豬</b> 詳團豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	<b>★鹹酥雞X3</b> 雞肉-炸	<b>香炒海絲</b> 海絲+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>日式蔬菜湯*</b> 味噌+時蔬-煮		7.5	3.0	2.5	3.0		948
05	二	<b>薏仁飯</b> 白米+洋薏仁-蒸	<b>◆蒜蓉魚</b> 鮮魚+時蔬-煮	<b>蔥油雞</b> 雞肉+時蔬-煮	<b>蔬炒高麗</b> 高麗菜+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>綠豆薏仁湯</b> 綠豆+薏仁-煮		7.2	3.1	2.5	2.7		921
06	三	<b>蒜香雞汁拌麵*</b> 麵+雞肉+時蔬-煮	<b>醬燒豬排X1</b> 豬排-燒	<b>莎莎醬二節翅X1</b> 二節翅+時蔬-烤	<b>香炒芽菜</b> 豆芽-煮	履歷 蔬菜	<b>清香肉絲湯</b> 詳團豬肉+時蔬-煮		7.1	3.0	2.5	2.7		906
07	四	<b>燕麥飯*</b> 白米+燕麥-蒸	<b>沙茶炒豬</b> 詳團豬肉+時蔬-炒	<b>紅絲炒蛋*</b> 蛋+紅蘿蔔-炒	<b>爆炒白菜</b> 大白菜+時蔬-炒	有機 蔬菜	<b>白玉雞湯</b> 雞肉+白蘿蔔+薑-煮	水果	7.0	3.1	2.5	2.7	1.0	967
08	五	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>塔香燉雞</b> 雞肉+時蔬-煮	<b>豆干小炒*</b> 豆干+詳團豬肉+時蔬-炒	<b>螞蟻上樹</b> 詳團豬肉+時蔬+冬粉-煮	履歷 蔬菜	<b>肉骨茶湯</b> 排骨+時蔬-煮		7.4	3.1	2.5	2.8		939
11	一	<b>小米飯</b> 白米+小米-蒸	<b>壽喜燒豬</b> 詳團豬肉+時蔬-燒	<b>◎魷魚丸X2*</b> 魷魚丸-烤	<b>蒜香玉米</b> 玉米+時蔬-煮	履歷 蔬菜	<b>柴魚味噌湯*</b> 味噌+豆腐+柴魚片-煮		7.4	3.1	2.5	2.7		935
12	二	<b>麥片飯*</b> 白米+麥片-蒸	<b>香燒雞排X1</b> 雞排-燒	<b>番茄炒蛋*</b> 蛋+番茄-煮	<b>脆炒白菜</b> 大白菜+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>蔬香肉絲湯</b> 詳團豬肉+時蔬-煮		7.2	3.0	2.5	2.8		918
13	三	<b>招牌油飯*</b> 糯米+開陽+詳團豬肉+香菇+紅蔥片-蒸	<b>★酥炸雞翅X1</b> 三節雞翅-炸	<b>關東煮*</b> 豆皮+時蔬-煮	<b>爆炒高麗</b> 高麗菜+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>香菇雞湯</b> 菇+雞肉+薑-煮		7.1	3.0	2.5	3.0		920
14	四	<b>胚芽飯*</b> 白米+胚芽米-蒸	<b>野菜燒肉</b> 詳團豬肉+時蔬-燒	<b>咖哩魚</b> 鮮魚+時蔬-煮	<b>香炒鮮瓜</b> 瓜+時蔬-炒	有機 蔬菜	<b>昆布湯</b> 海芽+薑-煮	水果	7.2	3.1	2.5	2.7	1.0	981

## ☆5/15(五) 全校停餐☆

18	一	<b>紫米飯</b> 白米+紫米-蒸	<b>瓜仔肉</b> 詳團豬肉+時蔬-煮	<b>香滷豆干*</b> 黑豆干-滷	<b>清炒白菜</b> 大白菜+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>招牌麵線羹</b> 麵線+時蔬-煮		7.2	3.0	2.5	2.7		913
19	二	<b>燕麥飯*</b> 白米+燕麥-蒸	<b>蠔油香菇雞</b> 雞肉+時蔬-煮	<b>洋蔥炒蛋*</b> 蛋+洋蔥+毛豆-炒	<b>玉米花椰</b> 花椰菜+玉米-炒	履歷 蔬菜	<b>冬瓜山粉圓</b> 山粉圓+冬瓜塊-煮		7.3	3.1	2.5	2.7		928
20	三	<b>DIY義大利麵*</b> 麵-煮	<b>嫩汁雞排X1</b> 雞排-燒	<b>番茄肉醬</b> 詳團豬肉+番茄+時蔬-煮	<b>★地瓜薯條X5</b> 地瓜薯條-炸	履歷 蔬菜	<b>蘑菇濃湯*</b> 蘑菇+時蔬-煮		7.7	3.0	2.5	3.0		962
21	四	<b>小米飯</b> 白米+小米-蒸	<b>青醬豬*</b> 詳團豬肉+時蔬-煮	<b>蜜汁魚條X2*</b> 魚-燒	<b>脆炒高麗</b> 高麗菜+時蔬-炒	有機 蔬菜	<b>鮮瓜湯</b> 瓜+薑-煮	水果	7.3	3.1	2.5	2.7	1.0	988
22	五	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>印度奶油咖哩雞</b> 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	<b>◎可樂餅X1</b> 可樂餅-烤	<b>香燻條豆</b> 四季豆+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>筍子排骨湯</b> 詳團豬肉+筍-煮		7.8	3.1	2.5	2.7		963
25	一	<b>糙米飯</b> 白米+糙米-蒸	<b>韓式泡菜燒肉</b> 詳團豬肉+時蔬+泡菜-燒	<b>◎麥克雞塊X2</b> 雞塊-烤	<b>香滷海帶</b> 海帶+時蔬-滷	履歷 蔬菜	<b>玉米湯</b> 玉米+時蔬-煮	履歷 豆漿*	7.5	3.5	2.5	2.7		972
26	二	<b>五穀飯*</b> 白米+五穀米-蒸	<b>照燒雞</b> 雞肉+時蔬-燒	<b>滑嫩蒸蛋</b> 蛋+時蔬-蒸	<b>開陽鮮瓜煲*</b> 瓜+冬粉+時蔬+開陽-煮	履歷 蔬菜	<b>海芽味噌湯*</b> 味噌+海芽+薑-煮		7.4	3.1	2.5	2.7		935
27	三	<b>芝麻飯*</b> 芝麻+白米-蒸	<b>★◎虱目魚排X1*</b> 虱目魚排-炸	<b>筍燻豬肉</b> 詳團豬肉+詳團豬腳+筍-燒	<b>鮮炒高麗</b> 高麗菜+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>菇菇湯</b> 菇+時蔬-煮		7.6	3.0	2.5	3.0		955
28	四	<b>海苔香鬆飯</b> 白米+香鬆-蒸	<b>古早味翅小腿X2</b> 翅小腿-燒	<b>玉米炒蛋*</b> 蛋+玉米-炒	<b>清香白菜</b> 大白菜+時蔬-煮	有機 蔬菜	<b>酸辣湯*</b> 豆腐+時蔬-煮	水果	7.2	3.1	2.5	2.7	1.0	981
29	五	<b>白飯</b> 白米-蒸	<b>蒜泥白肉</b> 詳團豬肉+時蔬-煮	<b>麻婆豆腐*</b> 豆腐+詳團豬肉+時蔬-煮	<b>香炒花椰</b> 花椰菜+時蔬-炒	履歷 蔬菜	<b>什錦排骨湯</b> 排骨+時蔬-煮		7.5	3.1	2.5	2.8		946

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 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」

\*表示本菜色含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用