

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	備註	營養成分	過敏原	水	糖		
1	五	香蔥 雞肉拌飯 白米+肌肉	去骨 菲力雞排 去骨雞排(X1)-燒	鮮肉鍋貼 雙拼馬鈴薯條 鍋貼(X1)+馬鈴薯條-烤	金沙結菜 結頭菜+鹹蛋+時蔬-炒	深綠 時蔬	玉米濃湯 玉米+紅蘿蔔	巧克力 格子鬆餅	6.4	2.5	2.3	2.5	0	806
4	一	清明節連假												
5	二													
6	三	香菇油飯 白米+糯米+豬肉+香菇	古早味滷蛋 雞蛋(X1)+蘿蔔+麵輪-滷	燒烤 拼盤 甜不辣 豆干+甜不辣(X1)-燒	木須白菜 白菜+木耳-煮	深綠 時蔬	巧達濃湯 洋芋+雞蛋	水果	6.4	2.6	2.5	2.4	1	874
7	四	白飯 白米	炸 卡拉雞排 雞排(X1)-炸	海陸三鮮 筍+豬肉+魷魚-炒	清炒黃瓜 黃瓜+紅蘿蔔-炒	有機 蔬菜	味噌湯 金針菇+海帶芽		6.3	2.4	2.6	2.6	0	803
8	五	小米飯 白米+小米	梅干控肉 控肉排(X1)+梅菜-燒	腰果炒雞 玉米+雞肉+腰果-炒	高麗鮮蔬 高麗菜+時蔬-炒	深綠 時蔬	蒜味羹湯 白菜+豬肉	銅鑼燒	6.4	2.6	2.5	2.3	0	809
11	一	白飯 白米	泡菜雞 雞肉+白菜+泡菜-煮	炸 椒鹽排骨酥 豬肉-炸	炒佛手瓜 佛手瓜+菇-炒	深綠 時蔬	蛋花湯 青菜+雞蛋	水果	6.3	2.6	2.4	2.6	1	873
12	二	薏仁飯 白米+洋薏仁	咖哩豬 豬肉+洋芋-煮	鴿蛋關東煮 蘿蔔+油豆腐+鴿蛋-煮	紅絲高麗 高麗菜+紅蘿蔔-炒	深綠 時蔬	竹筍雞湯 筍+雞骨		6.6	2.5	2.3	2.6	0	824
13	三	白飯 白米	烤 蜜汁雞腿 雞腿(X1)-烤	茶碗蒸 雞蛋+玉米-蒸	炒花椰菜 花椰菜-炒	深綠 時蔬	山藥排骨湯 山藥+湯排	水果	6.4	2.6	2.2	2.6	1	875
14	四	蕎麥飯 白米+蕎麥	蒜香魚片 魚排(烏魚)(X1)+蒜-燒	佛跳牆 白菜+豬肉+芋頭+筍-煮	木耳蒲瓜 蒲瓜+木耳-煮	有機 蔬菜	南瓜濃湯 南瓜+洋芋+雞蛋		6.4	2.4	2.6	2.5	0	806
15	五	焗烤 義大利麵 麵+豬肉+起司	包心 雞腿肉捲 雞肉捲(X1)-烤	鮮肉燒賣 燒賣(X2)-蒸	銀芽肉臊 豆芽菜+韭菜+豬肉-炒	深綠 時蔬	酸辣湯 豆腐+筍+時蔬	2入餐包 紅豆/肉鬆	6.3	2.5	2.5	2.6	0	808
18	一	燕麥飯 白米+燕麥	黑干滷肉 豬肉+黑豆干-滷	炸 黃金翅小腿 翅小腿(X2)-炸	開陽白菜 白菜+木耳+蝦米-煮	深綠 時蔬	蘿蔔湯 蘿蔔+時蔬	水果	6.4	2.5	2.3	2.6	1	870
19	二	白飯 白米	三杯雞 雞肉+鮑菇-炒	香酥海鮮卷 海鮮卷(X2)-燒	雙色花椰 花椰菜+紅蘿蔔-煮	深綠 時蔬	味噌豆腐湯 豆腐+海帶芽		6.5	2.4	2.2	2.6	0	807
20	三	蘑菇鐵板麵 麵+豬肉+菇	綜合 滷蛋拼盤 雞蛋(X1)+蘿蔔+芋籤-滷	雙色 搖搖薯塊 馬鈴薯+地瓜切塊+海苔-烤	木耳高麗 高麗菜+木耳-炒	深綠 時蔬	蕃茄 蛋花湯 番茄+雞蛋	水果	6.6	2.5	2.2	2.4	1	873
21	四	白飯 白米	韓式燒雞排 雞排(X1)-燒	海山醬油腐 油豆腐-煮	竹筍肉絲 筍+豬肉-炒	有機 蔬菜	結頭雞湯 結頭菜+雞骨		6.3	2.6	2.6	2.4	0	809
22	五	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	糖醋咕咾肉 豬肉+洋蔥-燴	乾鍋燒雞 洋芋+雞肉-燒	芹炒干絲 豆干+海帶+芹菜-炒	深綠 時蔬	肉骨茶湯 豆薯+菇	香蒜麵包	6.5	2.4	2.6	2.6	0	817
25	一	白飯 白米	巴斯克燉雞 雞肉+番茄+洋蔥-煮	干丁滷肉 豆干+豬肉+毛豆-滷	針菇絲瓜 絲瓜+金針菇-煮	深綠 時蔬	榨菜肉絲湯 榨菜+筍+豬肉	水果	6.3	2.6	2.3	2.5	1	866
26	二	地瓜飯 白米+地瓜	豆腐鮮魚 魚肉(烏魚)+豆腐-燒	洋蔥炒蛋 雞蛋+洋蔥-炒	螞蟻上樹 冬粉+高麗菜+豬肉+時蔬-煮	深綠 時蔬	海芽蘿蔔湯 蘿蔔+海帶芽		6.6	2.5	2.2	2.4	0	813
27	三	白飯 白米	玉米雞 雞肉+玉米-炒	炒甜不辣 甜不辣+韭菜-炒	木須炒筍 筍+木耳-炒	深綠 時蔬	四神湯 洋薏仁+山藥+湯排	水果	6.5	2.4	2.6	2.3	1	864
28	四	胚芽飯 白米+胚芽米	古早味大排 豬排(X1)-滷	梅香南瓜雞 南瓜+雞肉+梅醬-煮	炒高麗菜 高麗菜+時蔬-炒	有機 蔬菜	青木瓜湯 青木瓜+菇		6.4	2.4	2.6	2.5	0	806
29	五	招牌 肉絲炒飯 白米+豬肉+雞蛋	蠔油雞翅 雞翅(X1)-煮	蒸地瓜 地瓜條(X1)-蒸	炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔-炒	深綠 時蔬	大滷湯 白菜+時蔬	雜糧饅頭	6.6	2.6	2.5	2.5	0	832