

日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜一	蔬菜	湯品/附品	全蛋(個)	亞麻油(份)	蔬菜(份)	油類(份)	水果(份)	熱量(大卡)
01	五	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	招牌咖哩雞 雞肉+馬鈴薯+時蔬-煮	豬肉燒豆皮 豆皮+祥園豬肉+時蔬-煮	日式蘿蔔 蘿蔔+玉米+時蔬-燒	青菜	水果	6.4	3.0	2.0	3.0	1.0	890
04	一	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	栗子燒雞 雞肉+栗子+時蔬-燒	◎義式肉丸子X1 獅子頭+時蔬-燒	鮮蔬炒海絲 海絲+時蔬-煮	青菜	柴魚味噌湯/飲料 味噌+豆腐+柴魚片-煮	6.4	3.0	2.0	2.9		871
05	二	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	泰式打拋豬 祥園豬肉+九層塔+時蔬-煮	★◎金黃小魚X2 魚-炸	椒香四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	水果	6.5	2.8	1.9	2.7	1.0	867
06	三	招牌油飯 糯米+開陽+祥園豬肉+時蔬-蒸	蜜汁雞翅X1 三節雞翅-烤	玉米炒蛋 蛋+玉米-炒	綜合滷味拼盤 豆干+時蔬-滷	青菜	鄉村蔬菜湯/飲料 時蔬-煮	6.6	3.0	1.9	2.8		894
07	四	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	叉燒豬排X1 豬排-燒	西式燉雞 雞肉+時蔬-煮	田園鮮蔬 南瓜+菇+時蔬-煮	青菜	水果	6.6	3.0	2.0	2.9	1.0	901
08	五	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	黑糖滷肉 祥園豬肉+時蔬-滷	豆干炒肉 祥園豬肉+豆干+時蔬-炒	清爽洋芋 馬鈴薯+時蔬-煮	青菜	水果	6.4	3.1	2.0	2.8	1.0	928
11	一	五穀飯 白米+五穀米-蒸	和風照燒雞 雞肉+時蔬-燒	滑嫩蒸蛋 蛋+時蔬-蒸	◎海山醬黑輪X1 黑輪+時蔬-煮	青菜	燒仙草/飲料 仙草+綠豆+蜜豆-煮	6.5	2.8	1.9	2.7		867
12	二	薏仁飯 白米+薏仁-蒸	味噌燒肉 祥園豬肉+時蔬-燒	BBQ鮮蔬魷魚 魷魚+玉米+時蔬-炒	鮮菇燴瓜 瓜+菇+時蔬-燴	青菜	水果	6.6	3.0	2.0	2.8	1.0	896
13	三	蔥香雞汁拌麵 麵+雞肉+時蔬-煮	醬汁豬排X1 豬排-滷	花瓜雞 雞肉+花瓜+時蔬-煮	★椒鹽薯瓣X4 馬鈴薯瓣-炸	青菜	鮮蔬排骨湯/飲料 排骨+時蔬-煮	6.6	3.0	1.9	3.0		903
14	四	糙米飯 白米+糙米-蒸	香嫩雞排X1 雞排-燒	回鍋豬肉 祥園豬肉+豆干+時蔬-煮	油蔥芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	水果	6.4	2.8	1.9	2.9	1.0	868
15	五	麥片飯 白米+麥片-蒸	◎三杯雞 雞肉+米血糕+九層塔+薑-煮	燒肉油豆腐 油豆腐+祥園豬肉+時蔬-燒	紅仁甘藍 高麗菜+時蔬-炒	青菜	水果	6.4	3.0	2.0	2.9	1.0	886
18	一	雜糧飯 白米+雜糧-蒸	日式咖哩豬 祥園豬肉+馬鈴薯+時蔬-煮	★鹽酥雞X3 雞肉-炸	彩繪四季 四季豆+時蔬-炒	青菜	味噌湯/飲料 味噌+豆腐-煮	6.6	3.0	1.9	2.7		874
19	二	小米飯 白米+小米-蒸	鐵路豬排X1 豬排-滷	春川炒雞 雞肉+泡菜+年糕+時蔬-燒	番茄炒蛋 番茄+蛋+時蔬-煮	青菜	水果	6.4	2.9	1.9	2.8	1.0	871
20	三	香菇炊飯 白米+香菇+時蔬-蒸	肉燥虱目魚柳 虱目魚+祥園豬肉+時蔬-煮	◎港式燒賣X2 燒賣-蒸	香甜玉米 玉米+紅藜+時蔬-煮	青菜	肉骨茶湯/飲料 排骨+時蔬-煮	6.5	2.9	1.9	2.9		883
21	四	胚芽飯 白米+胚芽米-蒸	蜜番薯燒豬 芝麻+祥園豬肉+地瓜+時蔬-煮	麻婆絞肉豆腐 豆腐+祥園豬肉+時蔬-煮	和風蘿蔔 蘿蔔+柴魚+時蔬-燒	青菜	水果	6.4	3.0	1.9	2.9	1.0	923
22	五	五穀飯 白米+五穀米-蒸	★酥炸翅小腿X2 翅小腿-炸	酢醬豬 祥園豬肉+豆干+時蔬-煮	蒜香洋芋 馬鈴薯+蒜+時蔬-煮	青菜	水果	6.4	3.2	2.0	2.7	1.0	877
25	一	燕麥飯 白米+燕麥-蒸	香燒豬排X1 豬排-燒	沙茶炒雞 雞肉+時蔬-炒	時令鮮瓜 瓜+時蔬-煮	青菜	◎冬瓜珍珠/飲料 粉圓+冬瓜糖-煮	6.4	3.0	2.0	2.8		881
26	二	紅藜飯 白米+紅藜米-蒸	◆塔香鮮魚 水鯊魚+九層塔+時蔬-煮	蠔油蒜味雞 雞肉+時蔬-煮	開陽白菜 大白菜+時蔬+蝦米-炒	青菜	水果	6.4	2.8	1.9	2.9	1.0	868
27	三	特製義大利麵 麵+時蔬-煮	嫩汁雞排X1 雞排-燒	番茄肉醬 祥園豬肉+番茄+時蔬-煮	★梅甘薯條X5 地瓜薯條+梅子粉-烤	青菜	日式蔬菜湯/飲料 味噌+祥園豬肉+時蔬+南瓜-煮	6.4	3.0	2.0	2.9		886
28	四	小米飯 白米+小米-蒸	羅勒青醬燉雞 雞肉+時蔬-煮	什錦燴蛋 蛋+玉米+時蔬-炒	鮮蔬高麗 高麗菜+時蔬-炒	青菜	水果	6.4	3.0	1.9	2.9	1.0	923
29	五	麥片飯 白米+麥片-蒸	無錫排骨 祥園豬肉+年糕-煮	★麥香雞堡X1 雞堡-炸	鐵板芽菜 豆芽菜+時蔬-煮	青菜	水果	6.4	3.2	2.0	2.7	1.0	877

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「未使用輻射污染食物」

※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※

主菜種類(次/月)		主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)		
魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		油炸品	甜湯
					魚、肉類	其他		
次	次	次	次	次	次	次	次	次
4	4	16	37	5	1	2	6	2