



日期	星期	主食	今日主菜	美味副菜				季節蔬菜	湯品		金雞 雞腿	豆魚 雞肉	蔬菜 蛋類	麵食 粥類	水果
1	三	元旦放假													
2	四	糙米飯	沙茶滷味 豆干素肚-油	栗子白菜 大白菜Q栗子紅蘿蔔Q-煮	茄汁腐竹 蕃茄Q腐竹-煮	蔬菜排 蔬菜排-燒	雙色山藥 山藥Q紫山藥Q紅蘿蔔Q芹菜Q-炒	季節蔬菜 冬瓜鮮菇湯 冬瓜Q鮮菇Q	6.8	2.5	2	3.1	853		
3	五	小米飯	醬燒豆包 豆包-燒	木耳扁蒲 蒲瓜Q木耳Q紅蘿蔔Q-煮	蜜煮芋頭 芋頭Q-煮	香椿素肉燥 素絞肉麵輪-煮	豆瓣豆腐 豆腐-煮	有根蔬菜 薑絲海結湯 海帶結	6.8	2.4	2	3	841		
6	一	燕麥飯	紅燒蘭花干 蘭花干蘿蔔Q紅蘿蔔Q-燉	鮮燴時瓜 佛手瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-煮	糖醋蓮藕 蓮藕Q甜椒Q-煮	什炒干片 干片木耳Q芹菜Q-炒	雪蓮子麵筋 油泡雪蓮子-油	產奶類 田園濃湯 南瓜Q紅蘿蔔Q	6.7	2.3	2	3.1	831		
7	二	香Q白飯	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	紅仁高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	豉汁苦瓜 苦瓜Q-燒	金黃炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	素雞腿 素雞腿-燒	有根蔬菜 味噌海芽湯 海帶芽	6.7	2.4	2.2	3	839		
8	三	胚芽米飯	蠔油五香豆干x2 五香豆干芝麻-燒	紅燒茄子 茄子Q-燒	鮮菇綠蔬 敏豆腐鮮菇Q紅蘿蔔Q-炒	五更昌旺 豆腐麵筋酸菜T-煮	薑味木耳 木耳Q-炒	季節蔬菜 燒仙草 大豆綠豆Q圓	6.5	2.5	2.4	3	838		
9	四	麥片飯	三杯豆腸 豆腸-燒	甜醬雙併 年糕甜不辣-煮	毛豆冬瓜 冬瓜Q紅蘿蔔Q毛豆腥壓-煮	大溪黑豆干 黑豆干-燒	炒雙蔬 白花菜S青花菜S紅蘿蔔Q-炒	有根蔬菜 藥膳湯 豆薯Q豆管	7	2.4	2	3	855		
10	五	五穀米飯	家常油腐 油腐紅蘿蔔Q木耳Q-燒	芝麻蜜汁芋薯 芋頭Q地瓜腥壓芝麻-燒	油燜筍 筍T-煮	滷雙結 海帶結白干結-油	黑椒炒彩絲 芹菜Q黃豆芽Q蒜皮綠絲蘿蔔Q-炒	有根蔬菜 結頭菜湯 結頭菜Q鮮菇Q	7	2.3	2.2	3	853		
13	一	香Q白飯	塔香豆干 豆干-煮	砂鍋白菜 大白菜Q腐皮綠絲蘿蔔Q-煮	炒牛蒡 牛蒡Q木耳Q茼蒿-炒	香酥蘿蔔糕 蘿蔔糕-炸	素燒豆薯 豆薯Q蘭花干-燒	產奶類 黃瓜湯 黃瓜Q素香菇頭	7	2.3	2.3	3.2	864		
14	二	小米飯	海山醬嫩油腐 嫩油腐-煮	蔬炒小瓜 小黃瓜Q玉米筍Q木耳Q-炒	香拌雜菜 冬粉黃豆芽Q海帶芽-炒	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	沙茶素雞 素雞-炒	有根蔬菜 蓮藕玉米湯 蓮藕Q玉米粒Q紅蘿蔔Q	6.7	2.5	2.2	3	847		
15	三	燕麥飯	白玉凍豆腐 凍豆腐蘿蔔Q紅蘿蔔Q-煮	瓜仔麵輪 麵輪乾香菇花瓜T-煮	糖蜜地瓜 地瓜腥壓-煮	薑味海帶根 海帶根紅蘿蔔Q-炒	牛蒡排 牛蒡排-燒	季節蔬菜 紅豆薏仁湯 紅豆腥壓薏仁	6.7	2.3	2	3	827		
16	四	糙米飯	茄汁豆包 豆包-燒	麻香菇菇 金針菇Q香菇Q秀珍菇Q木耳Q-煮	鐵板豆腐 豆腐紅蘿蔔Q-煮	什繪彩丁 玉米粒Q毛豆腥壓紅蘿蔔Q-煮	油菜炒皮絲 油菜腥壓皮絲-炒	有根蔬菜 薑絲冬瓜湯 冬瓜Q	6.5	2.4	2.3	3.1	832		
17	五	麥片飯	醬燒烤麩 烤麩木耳Q紅蘿蔔Q-燒	炒青花菜 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	豆仁南瓜 南瓜Q紅蘿蔔Q毛豆腥壓-煮	菜脯干丁 豆干丁碎鹽-煮	芹香什錦 芹菜Q豆管茼蒿-炒	有根蔬菜 佛手湯 佛手瓜鮮菇Q	6.7	2.3	2.2	3	832		
20	一	胚芽米飯	滷三角油腐 三角油腐-油	芽菜海絲 豆干絲豆芽菜Q海帶絲紅蘿蔔Q-炒	蔬菜什滷 大白菜Q木耳紅蘿蔔皮絲乾香菇-煮	塔香素腰花 素腰花-炒	枸杞山藥 山藥Q-煮	產奶類 時蔬味噌湯 蘿蔔Q鮮菇Q	7	2.3	2	3	848		
2月菜單															
11	二	香Q白飯	糖醋豆包 豆包-燒	麻香豆薯 豆薯Q茼蒿-煮	蔬菜粉絲 冬粉紅蘿蔔Q高麗菜Q-炒	蠔香素雞 素雞-煮	玉米炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	有根蔬菜 味噌豆腐湯 豆腐	7	2.4	2	3	855		
12	三	糙米飯	滷香世家 豆干素肚酸菜T-油	木耳蒲瓜 蒲瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	芹炒腐皮絲 芹菜Q腐皮絲木耳Q茼蒿-炒	什錦燒 什錦燒-燒	燉洋芋 馬鈴薯Q紅蘿蔔Q-燉	季節蔬菜 綠豆Q圓湯 綠豆Q圓	6.7	2.5	2	3	842		
13	四	五穀米飯	豆瓣油腐 油豆腐-燒	甜蜜芋頭 芋頭Q-煮	紅仁青花菜 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	薑味冬瓜 冬瓜Q紅蘿蔔Q-煮	什炒腐竹 腐竹木耳Q紅蘿蔔Q-炒	有根蔬菜 芙蓉濃湯 玉米粒Q紅蘿蔔Q	6.8	2.3	2.2	3	839		
14	五	麥片飯	沙茶五香豆干x2 五香豆干-燒	南瓜豆腐煲 豆腐南瓜Q毛豆腥壓紅蘿蔔Q-煮	可樂餅 可樂餅S-炸	栗子白菜 大白菜Q木耳Q紅蘿蔔Q栗子-煮	鍋燒雙味 海帶結筍T-燒	有根蔬菜 雙色蘿蔔湯 蘿蔔Q紅蘿蔔Q	6.8	2.4	2.3	3.2	858		
17	一	燕麥飯	三杯雙味 油腐素肚-煮	炒海茸 海茸紅蘿蔔Q-炒	鮮菇時蔬 高麗菜Q豆管鮮菇Q-煮	山藥彩丁 紫山藥Q玉米粒Q毛豆腥壓紅蘿蔔Q-煮	青椒炒干片 青椒Q干片-炒	產奶類 黃瓜湯 黃瓜Q素香菇頭	6.7	2.4	2.3	3	842		
18	二	胚芽米飯	什錦烤麩 烤麩木耳Q茼蒿紅蘿蔔Q-煮	地瓜薯條 甘薯條腥壓-炸	百展雞 百展雞-煎	筍滷麵輪 筍T麵輪-油	蔬炒蓮藕 蓮藕Q玉米粒Q芹菜Q紅蘿蔔Q-炒	有根蔬菜 日式海芽湯 海帶芽	6.7	2.4	2	3.2	843		
19	三	香Q白飯	蜜汁黑干 黑豆干-燒	塔香茄子 茄子Q-煮	素瓜仔肉 素絞肉碎瓜T-煮	牛蒡三絲 牛蒡Q木耳Q素肉絲紅蘿蔔Q-炒	鮮炒佛手 佛手瓜Q紅蘿蔔Q-炒	季節蔬菜 黑糖山粉圓 山粉圓Q圓	6.5	2.3	2.4	3	823		
20	四	小米飯	燒嫩油腐 嫩油腐-燒	大根燒 蘿蔔Q昆布捲紅蘿蔔Q玉米粒Q-煮	滷白干結 白干結紅蘿蔔Q-油	炒敏豆 敏豆腐腥壓木耳Q紅蘿蔔Q-炒	蔬菜獅子頭 素獅子頭大白菜Q-煮	有根蔬菜 南瓜濃湯 南瓜Q紅蘿蔔Q	6.5	2.5	2.4	3	838		
21	五	糙米飯	醬炒豆腸 豆腸-炒	銀芽干絲 豆芽菜Q豆干絲紅蘿蔔Q-炒	彩椒炒茼蒿 甜椒Q茼蒿芹菜Q-炒	蕃茄炒蛋 蕃茄Q雞蛋Q-炒	樹子苦瓜 苦瓜Q-煮	有根蔬菜 藥膳湯 豆薯Q豆管	6.5	2.5	2.2	3	833		
22	六	親職日 香Q白飯	紅燒豆包 豆包-燒	素瓜仔肉 素絞肉碎瓜T-煮	玉米炒蛋 玉米粒Q雞蛋Q紅蘿蔔Q-炒	枸杞山藥 山藥Q-煮	紅仁青花菜 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	有根蔬菜 時瓜湯 青木瓜Q素肉絲	7	2.4	2	3	855		
24	一	香Q白飯	麻婆豆腐 豆腐素絞肉-煮	蜜燒芋薯 芋頭Q地瓜腥壓-煮	什錦彩絲 芹菜Q海帶絲紅蘿蔔Q-炒	素雞塊x2 素雞塊-炸	蒸蛋 雞蛋Q-蒸	產奶類 冬瓜湯 冬瓜Q鮮菇Q	6.7	2.5	2	3.2	851		
25	二	麥片飯	醬淋五香豆干x2 五香豆干-煮	炒花椰菜 青花菜S紅蘿蔔Q-炒	茄汁藕片 蓮藕Q-炒	木耳黃瓜 黃瓜Q紅蘿蔔Q木耳Q-炒	薑炒麵腸 麵筋蔬菜T-炒	有根蔬菜 豆腐羹湯 豆腐木耳Q筍T紅蘿蔔Q	6.7	2.4	2.4	3	844		
26	三	燕麥飯	香菇海苔燒 香菇海苔煎-煎	紅仁高麗 高麗菜Q紅蘿蔔Q-炒	滷麵筋 油泡雪蓮子-煮	沙茶蘿蔔燒 蘿蔔Q茼蒿紅蘿蔔Q-煮	香椿豆干 豆干-煮	季節蔬菜 紅豆薏仁湯 紅豆腥壓薏仁	6.5	2.5	2.2	3.1	837		
27	四	親職日補假													
★本廠全面使用非基改黃豆製品及玉米。															
★三章1Q豆奶日：1/20（一）、2/24（一）。															
(S)：CAS 台灣優良農產品標章 (Q)：溯源農糧產品 (T)：產地-台灣															