

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	全級維他命	豆魚菜肉	蔬菜類	油脂類	熱量
4/1	二	胚芽飯	蜜汁小雞腿x2 燒翅小腿S,芝麻	海帶芽炒蛋 炒蛋Q,紅蘿蔔Q,乾海芽	米血關東煮 煮白蘿蔔Q,米血S,玉米Q,柴魚	有機蔬菜	鮮瓜肉片湯 佛手瓜Q,肉片S	6	2	2	2	847
4/2	三	義式白醬麵 (兒童節特餐)	BBQ 骰子豬 燒肉T,S,洋蔥Q,甜椒Q	搖搖雞米花 炸雞肉T,馬鈴薯Q,海苔粉	蒜香花椰菜 炒花椰菜Q,紅蘿蔔Q	季節蔬菜	黑糖珍珠 燕麥粒,珍珠,黑糖	6	2	2	2	844
4/3(四)-4/6(日)兒童節&清明節連假												
4/7	一	小米飯	義式燉豬肉 煮肉T,S,番茄Q,洋蔥Q	炒白干絲 炒白干絲,紅蘿蔔Q,芹Q	肉絲季豆 炒嫩豆Q,肉絲S	履歷蔬菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜Q,肉片S,枸杞	6	2	2	2	844
4/8	二	地瓜飯	南洋風味魚 燒旗魚T,Q,馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q	玉米歐姆蛋 炒玉米Q,洋蔥Q,蛋Q,毛豆Q	炒高麗菜 炒高麗菜Q,木耳Q,肉片S	有機蔬菜	豆薯雞湯 豆薯Q,紅蘿蔔Q,雞T,S	6	2	2	2	841
4/9	三	照燒豚炒飯	日式炸豬排 炸豬排	小瓜素雞片 炒素雞片,小瓜Q,絞肉S	脆炒雙芽 炒豆芽菜Q,紅蘿蔔Q,韭菜Q,乾海芽	季節蔬菜	紅豆湯 紅豆T	6	2	2	2	847
4/10	四	紫米飯	蔥油腿排 煮雞排S	古早味肉燥 滷絞肉S,豆干T,碎瓜	蝦米扁蒲 炒扁蒲Q,紅蘿蔔Q,蝦米	有機蔬菜	大瓜肉片湯 大瓜Q,肉片S	6	2	2	2	844
4/11	五	白飯	紅燒肉 燒肉T,S,白蘿蔔Q	甜不辣炒肉 炒甜不辣Q,洋蔥Q,肉柳S	芝麻海帶絲 燒海帶絲,紅蘿蔔Q,芹Q,芝麻	有機蔬菜	酸辣湯 豆腐,筍,木耳Q,紅蘿蔔Q,肉絲S,蛋Q	6	2	2	2	843
4/14	一	麥片飯	腰果椒麻雞 燒雞T,S,洋蔥Q,腰果片	蜜糖豆干 滷黑豆干,地瓜T	小瓜赤肉 炒小黃瓜Q,紅蘿蔔Q,肉片S,海帶片	履歷蔬菜	酸菜竹筍湯 筍,酸菜,肉片S	6	2	2	2	847
4/15	二	糙米飯	里肌燒肉排 燒豬排S	蠔油粉絲 炒冬粉,芹Q,紅蘿蔔Q,絞肉S	燒白菜 煮白菜Q,木耳Q,肉絲S,乾香菇	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄Q,高麗菜Q,蛋Q	6	2	2	2	844
4/16	三	炸醬乾麵	五香雞腿 滷雞腿S	豆沙包 蒸豆沙包S x1	薯絲炒肉 炒豆薯Q,肉絲S,紅蘿蔔Q	季節蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓,冬瓜糖	6	2	2	2	853
4/17	四	白飯	滷糖醋排骨 燒肉T,S,排骨S,洋蔥Q,椒Q	紅絲炒蛋 炒紅蘿蔔Q,蛋Q	魚羹燴黃瓜 煮大黃瓜Q,木耳Q,魷魚羹S	有機蔬菜	關東煮湯 白蘿蔔Q,油豆腐,海帶結,柴魚	6	2	2	2	847
4/18	五	五穀飯	黃金炸魚排 炸虱目魚排Q	咖哩肉醬 燒洋芋Q,絞肉S,毛豆Q	蒜炒時蔬 炒高麗菜Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米Q,洋蔥Q,紅蘿蔔Q,蛋Q	6	2	2	2	844
4/21	一	蕎麥飯	招牌三杯雞 炸燒雞T,S,九層塔	泡菜油腐 燒油豆腐,韓式泡菜	蒜香脆筍 炒筍,木耳Q,紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	冬菜粉絲湯 冬粉,冬菜,肉絲S	6	2	2	2	848
4/22	二	紅藜飯	川味麻婆魚 燒鮭魚T,Q,豆腐,絞肉S	冬瓜土豆麵筋 煮冬瓜Q,小油泡,水煮花生	蒲瓜肉片 炒蒲瓜Q,紅蘿蔔Q,肉片S	有機蔬菜	柴魚味噌湯 海帶芽,蛋Q,味噌,柴魚	6	2	2	2	847
4/23	三	泰味炒飯	滷雞翅 滷雞翅S	金錢蝦餅 炸蝦餅S x1	蒜炒敏豆 炒敏豆Q,紅蘿蔔Q	季節蔬菜	奶香紫芋露 芋頭Q,紫米,西谷米,奶粉	6	2	2	2	844
4/24	四	麥片飯	沙茶豬肉柳 炒肉柳S,洋蔥Q	青蔥菜脯蛋 炒碎脯,蛋Q,紅蘿蔔Q	西芹炒豆包 炒西芹Q,豆包,甜椒Q	有機蔬菜	結菜玉米湯 結頭菜Q,玉米Q,肉片S	6	2	2	2	856
4/25	五	白飯	南瓜濃湯雞 煮雞T,S,南瓜Q,毛豆TQ,奶粉	蜜汁滷貢丸 滷白蘿蔔Q,貢丸S,葫蘆捲,芝麻	炒花椰菜 炒花椰菜Q,紅蘿蔔Q	有機蔬菜	什錦番茄湯 番茄Q,高麗菜Q,蒜Q,肉片S	6	2	2	2	847
4/28	一	小米飯 (蔬食日)	五味肉豆腐 燒豆腐,絞肉S	鮮炒佛手瓜 炒佛手瓜Q,蒜Q,紅蘿蔔Q	鐵板豆芽 炒豆芽菜Q,紅蘿蔔Q,韭菜Q	履歷蔬菜	赤肉麵線羹 紅麵線,筍,木耳Q,肉絲S,紅蘿蔔Q	豆奶	6	2	2	835
4/29	二	白飯	醬爆魚丁 燒鬼頭刀魚T,Q,洋蔥Q,毛豆T	番茄炒蛋 炒番茄Q,蛋Q	豆干海帶絲 炒豆干絲,海帶絲,芹Q,芝麻	有機蔬菜	元氣蔬菜湯 大白菜Q,金針菇Q,肉絲S	6	2	2	2	847
4/30	三	起司茄汁肉醬麵	黑胡椒豬排 燒豬排S	炸雞塊 炸雞塊Sx2	雲耳鮮蔬 炒高麗菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	季節蔬菜	綠豆湯 綠豆,麥片	6	2	2	2	853

★食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材 *菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」，不適合其過敏體質者食用，請留意。

☆ 回饋豆奶:4/28(一)

營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、梁蘊萱、張韻瑩

會稽