

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	其他	全蛋 個數 (個)	豆腐 肉類 (份)	蔬菜 (份)	油脂 (份)	熱量 (Kcal)
5/1	勞動節放假一日										
5/4	麥片飯 <small>白米,麥片</small>	糖醋雞丁 <small>洋蔥,雞丁/先炸後燒</small>	★火腿炒蛋 <small>火腿,雞蛋/炒</small>	鮮菇黃瓜 <small>菇,大黃瓜/炒</small>	產履蔬菜	★酸辣湯 <small>筍絲,豆腐,紅蘿蔔</small>	6.5	2.5	2.2	2.6	###
5/5	糙米飯 <small>白米,糙米</small>	壽喜燒肉 <small>白蘿蔔,豬肉/燒</small>	★紅燒豆腐 <small>豆腐,絞肉/燒</small>	回鍋高麗 <small>高麗菜,肉絲/炒</small>	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯 <small>蘿蔔,排骨</small>	6.4	2.6	2.1	2.5	###
5/6	香鬆飯 <small>香鬆,白米</small>	梅干燉肉 <small>梅乾菜,豬肉/燒</small>	敏豆肉茸 <small>敏豆,絞肉/炒</small>	香酥雞塊 <small>雞塊*2/炸</small>	產履蔬菜	紫米QQ湯 <small>紫米,QQ</small>	6.6	2.4	2.3	2.6	###
5/7	香Q白飯 <small>白米</small>	★香酥魚排 <small>虱目魚排/炸</small>	★干丁肉燥 <small>干丁,絞肉/燒</small>	蒜香花椰 <small>青花,白花,紅蘿蔔/炒</small>	有機蔬菜	四神湯 <small>薏仁,排骨</small>	6.5	2.5	2.2	2.7	###
5/8	蕎麥飯 <small>白米,蕎麥</small>	里肌肉排 <small>里肌肉排/燒</small>	★冰糖滷油腐 <small>木耳,油豆腐/燒</small>	★五彩豆包絲 <small>黃豆芽,豆包絲/炒</small>	有機蔬菜	番茄蔬菜湯 <small>番茄,時蔬</small>	6.6	2.5	2.3	2.6	###
5/11	校慶補假一日										
5/12	薏仁飯 <small>白米,薏仁</small>	蒙古烤肉 <small>豆芽,豬肉/炒</small>	脆皮鍋貼 <small>鍋貼*2/煎</small>	筍片肉絲 <small>筍片,木耳,豬肉/炒</small>	有機蔬菜	和風海芽湯 <small>乾海芽</small>	6.6	2.4	2.2	2.7	###
5/13	番茄義大利麵 <small>麵條,豬肉</small>	黑椒肉柳 <small>洋蔥,豬柳/炒</small>	鮮瓜肉羹 <small>時瓜,肉羹/炒</small>	梅粉地瓜條 <small>地瓜條/烤</small>	有機蔬菜	芋香西米露 <small>芋頭,西谷米</small>	6.5	2.5	2.3	2.6	###
5/14	香Q白飯 <small>白米</small>	★醋溜魚丁 <small>洋蔥,水鯊魚/燒</small>	白菜滷 <small>大白菜,紅蘿蔔/燒</small>	沙茶寬粉 <small>時蔬,寬粉,絞肉/炒</small>	有機蔬菜	★味噌湯 <small>豆腐</small>	6.6	2.5	2.3	2.5	###
5/15	會考場地準備停餐一日										
5/18	小米飯 <small>白米,小米</small>	夜市鹽酥雞 <small>雞丁/炸</small>	客家酸菜豬 <small>酸菜,絞肉/炒</small>	敏豆甜條 <small>敏豆,甜不辣/炒</small>	產履蔬菜	冬瓜排骨湯 <small>冬瓜,排骨</small>	6.6	2.5	2.3	2.5	###
5/19	胚芽飯 <small>白米,胚芽米</small>	筍干燉肉 <small>筍干,豬肉/燒</small>	鐵板豆芽 <small>豆芽,紅蘿蔔/炒</small>	★麻婆豆腐 <small>豆腐,絞肉/燒</small>	有機蔬菜	古早味麵線糊 <small>紅麵線,筍絲</small>	6.4	2.4	2.3	2.6	###
5/20	家鄉炒米粉 <small>米粉,豬肉</small>	味噌燒雞 <small>高麗菜,洋蔥,雞丁/燒</small>	★黑干杏鮑菇 <small>黑豆干,杏鮑菇/燒</small>	★關東煮 <small>白蘿蔔,玉米/燒</small>	季節時蔬	綠豆粉圓 <small>綠豆,珍珠</small>	6.5	2.6	2.3	2.6	###
5/21	造型海苔飯 <small>白米,海苔粉</small>	咖哩肉片 <small>馬鈴薯,紅蘿蔔,豬肉/燒</small>	冬瓜燒肉 <small>冬瓜,絞肉/燒</small>	螞蟻上樹 <small>高麗菜,冬粉,絞肉/炒</small>	有機蔬菜	金針花湯 <small>金針花,排骨</small>	6.5	2.6	2.1	2.7	###
5/22	蕎麥飯 <small>白米,蕎麥</small>	★蒲燒鯛魚 <small>蒲燒鯛魚/燒</small>	★番茄滑蛋 <small>番茄,豆腐,雞蛋/燒</small>	什錦鮮瓜 <small>時瓜,木耳/炒</small>	有機蔬菜	海芽味噌湯 <small>乾海芽</small>	6.6	2.5	2.3	2.5	###
5/25	麥片飯 <small>白米,麥片</small>	三杯雞 <small>雞丁,米血糕/炒</small>	滷味拼盤 <small>海帶結,四分干/燒</small>	鍋燒白菜 <small>大白菜,木耳,肉絲/燒</small>	產履蔬菜	金菇鮮蔬湯 <small>金針菇,時蔬</small>	6.6	2.4	2.1	2.6	###
5/26	薏仁飯 <small>白米,薏仁</small>	泡菜燒肉 <small>泡菜,高麗菜,豬肉/炒</small>	家鄉蘿蔔糕 <small>蘿蔔糕/燒</small>	彩繪花椰 <small>花椰菜,豬肉/炒</small>	有機蔬菜	★玉米濃湯 <small>玉米,紅蘿蔔</small>	6.5	2.7	2.2	2.6	###
5/27	主廚炒飯 <small>白米,豬肉</small>	香滷翅小腿 <small>翅小腿/滷</small>	★客家小炒 <small>豆干,豬肉/炒</small>	鮮菇高麗 <small>菇,高麗菜/炒</small>	季節時蔬	珍珠麥茶 <small>珍珠,麥茶粒</small>	6.4	2.6	2.2	2.7	###
5/28	香Q白飯 <small>白米</small>	洋蔥豬柳 <small>洋蔥,豬柳/燒</small>	★菜脯炒蛋 <small>菜脯,雞蛋/炒</small>	木耳銀芽 <small>木耳,豆芽/炒</small>	有機蔬菜	新加坡肉骨茶 <small>白蘿蔔,排骨</small>	6.5	2.6	2.3	2.5	###
5/29	小米飯 <small>白米,小米</small>	香酥雞翅 <small>雞翅/炸</small>	★玉米肉茸 <small>玉米粒,絞肉/炒</small>	★塔香油腐 <small>九層塔,油豆腐/燒</small>	有機蔬菜	新竹米粉湯 <small>米粉,絞肉</small>	6.6	2.4	2.2	2.6	###

※全面使用非基因改造黃豆製品及玉米 ※本廠一律使用生產追溯肉品及CAS國產肉品，產地：臺灣 ※主菜、副菜及青菜全面使用三章1Q食材，產地：臺灣

※本菜單中含有食品過敏原，如：甲殼類、魚類、芒果、堅果類、芝麻、花生、牛奶、羊奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品，有特殊過敏體質請特別注意使用之食材。
※菜名已標示★含有過敏原，對其過敏體質者請詳閱菜單