

日期	主食	主菜	副菜	青蔬	湯	全蛋 (個)	全蛋 (個)	雞蛋 (個)	肉類 (g)	魚類 (g)
1/1 三										
1/2 四	糙米飯 <small>白米,糙米</small>	糖醋雞丁 <small>雞丁,洋蔥/燒</small>	和風佃煮 <small>白蘿蔔,油豆腐/滷</small>	木耳花椰 <small>花椰菜,木耳/炒</small>	有機蔬菜					
1/3 五	芝香飯 <small>白米,芝麻</small>	蒜泥白肉 <small>豬肉,豆芽/炒</small>	芹香天婦羅 <small>芹菜,甜不辣/炒</small>	豆瓣桂筍 <small>桂竹筍/炒</small>	有機蔬菜					
1/6 一	小米飯 <small>白米,小米</small>	蔥爆肉絲 <small>豬肉,洋蔥/燒</small>	黑干杏鮑菇 <small>黑豆干,杏鮑菇/燒</small>	時瓜匯 <small>時瓜,木耳/煮</small>	產履蔬菜					
1/7 二	香Q白飯 <small>白米</small>	可樂雞翅 <small>雞翅/滷</small>	香香酸菜豬 <small>酸菜,絞肉/炒</small>	麻油高麗鍋 <small>高麗菜,凍豆腐/煮</small>	有機蔬菜					
1/8 三	醬香炒麵 <small>油麵,豬肉</small>	韓式泡菜豬 <small>豬肉,泡菜/煮</small>	香酥雞塊 <small>雞塊/炸</small>	豚炒金菇木耳 <small>金針菇,木耳,豬肉/炒</small>	季節時蔬					
1/9 四	香Q白飯 <small>白米</small>	安東燉雞 <small>雞丁,馬鈴薯/煮</small>	沙茶寬粉 <small>寬粉,高麗菜/炒</small>	豆芽肉絲 <small>豆芽菜,豬肉/炒</small>	有機蔬菜					
1/10 五	蕎麥飯 <small>白米,蕎麥</small>	香酥魚排 <small>虱目魚排/炸</small>	紅娘炒蛋 <small>蛋,紅蘿蔔/炒</small>	滷香世家 <small>蘿蔔,海帶結,四分干/滷</small>	有機蔬菜					
1/13 一	南瓜飯 <small>白米,南瓜</small>	古早味雞排 <small>雞排/滷</small>	眷村炸醬 <small>豬肉,干丁,毛豆/炒</small>	冬瓜小魚丸 <small>冬瓜,小魚丸/煮</small>	產履蔬菜					
1/14 二	香Q白飯 <small>白米</small>	花生燉肉 <small>豬肉,花生/煮</small>	客家菜頭粿 <small>蘿蔔糕,菜脯/炒</small>	雞茸豆薯絲 <small>豆薯,雞肉,木耳,紅蘿蔔/炒</small>	有機蔬菜					
1/15 三	主廚炒米粉 <small>米粉,時蔬</small>	夜市香香雞 <small>雞丁/炸</small>	三杯米血糕 <small>米血糕,杏鮑菇/燒</small>	番茄豆皮玉菜 <small>高麗菜,豆皮,番茄/炒</small>	季節時蔬					
1/16 四	香Q白飯 <small>白米</small>	蒙古烤肉 <small>豬肉,洋蔥/炒</small>	番茄炒蛋 <small>番茄,雞蛋/炒</small>	塔香海根 <small>九層塔,海帶根/燒</small>	有機蔬菜					
1/17 五	糙米飯 <small>白米,糙米</small>	塔香鍋燒魚 <small>水滷魚/煮</small>	德州薯條 <small>馬鈴薯/炸</small>	翠綠四季豆 <small>豌豆,豬肉/炒</small>	有機蔬菜					
寒假										
2/11 二	五穀飯 <small>白米,五穀米</small>	咖哩雞丁 <small>馬鈴薯,雞丁/煮</small>	小魚豆干 <small>小魚乾,豆干/炒</small>	白菜麵筋 <small>白菜,麵筋,紅蘿蔔/煮</small>	有機蔬菜					
2/12 三	招牌炒飯 <small>白米,豬肉</small>	椒鹽炸雞 <small>雞肉/炸</small>	拿坡里肉丸 <small>獅子頭,洋蔥/燒</small>	金黃珍珠肉茸 <small>玉米,豬肉/炒</small>	季節時蔬					
2/13 四	香Q白飯 <small>白米</small>	鳳梨燒肉 <small>豬肉,鳳梨,洋蔥/炒</small>	螞蟻上樹 <small>冬粉,豬肉,高麗菜/炒</small>	關東煮 <small>白蘿蔔,玉米,油豆腐/煮</small>	有機蔬菜					
2/14 五	薏仁飯 <small>白米,薏仁</small>	茄汁虱目魚排 <small>虱目魚排/燒</small>	泰式打拋肉 <small>干丁,豬肉/炒</small>	夜市魷魚羹 <small>筍絲,紅蘿蔔,魷魚羹/煮</small>	有機蔬菜					
2/17 一	蕎麥飯 <small>白米,蕎麥</small>	匈牙利燉肉 <small>豬肉,番茄/煮</small>	菜脯炒蛋 <small>菜脯,雞蛋/炒</small>	鮮彩花椰 <small>花椰菜/炒</small>	產履蔬菜					
2/18 二	香Q白飯 <small>白米</small>	暖暖麻油雞 <small>雞肉,杏鮑菇/煮</small>	梅粉地瓜條 <small>地瓜/炸</small>	筍干油腐 <small>竹筍,油豆腐/煮</small>	有機蔬菜					
2/19 三	香鬆飯 <small>白米,香鬆</small>	醋溜魚丁 <small>水滷魚/燒</small>	小菜三絲 <small>豆干絲,海帶絲,紅蘿蔔/炒</small>	西芹貢丸片 <small>西洋芹,貢丸/炒</small>	季節時蔬					
2/20 四	香Q白飯 <small>白米</small>	照燒小腿 <small>翅小雞x2/滷</small>	紅燒豆腐 <small>豆腐,豬肉/燒</small>	培根高麗 <small>培根,高麗菜/炒</small>	有機蔬菜					
2/21 五	紅藜飯 <small>白米,紅藜</small>	鐵路豬排 <small>豬排/燒</small>	下飯肉燥 <small>花瓜,豬肉/炒</small>	鮮香扁蒲 <small>扁蒲,蒜,紅蘿蔔/炒</small>	有機蔬菜					
2/24 一	紫米飯 <small>白米,紫米</small>	BBQ雞排 <small>雞排/燒</small>	咖哩洋芋 <small>馬鈴薯,紅蘿蔔/煮</small>	韓式部隊鍋 <small>泡菜,高麗菜,年糕/煮</small>	產履蔬菜					
2/25 二	香Q白飯 <small>白米</small>	福菜滷肉 <small>豬肉,福菜/煮</small>	多汁福州丸 <small>福州丸,白菜/煮</small>	蘿蔔海結 <small>蘿蔔,海帶結/燒</small>	有機蔬菜					
2/26 三	義大利麵 <small>麵條,豬肉</small>	黑胡椒豬柳 <small>豬肉,洋蔥/煮</small>	芹香豆包絲 <small>芹菜,豆包,紅蘿蔔/炒</small>	麥香雞堡 <small>雞堡/炸</small>	季節時蔬					
2/27 四	香Q白飯 <small>白米</small>	宮保雞丁 <small>雞丁,花生/煮</small>	土豆四分干 <small>花生,四分干/燒</small>	蝦香瓜瓜 <small>時瓜,蝦米/煮</small>	有機蔬菜					
2/28 五	228和平紀念日									