

| 日期                                                                                                                               | 主食 | 主菜             | 副菜                   | 青菜                     | 湯                       | 其他                        | 全蛋<br>個數(份) | 豆腐<br>肉量(份) | 蔬菜<br>(份) | 油脂<br>(份) | 熱量<br>(仟卡) |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------|----------------------|------------------------|-------------------------|---------------------------|-------------|-------------|-----------|-----------|------------|-----|
| 5/1                                                                                                                              | 四  | 香Q白飯<br>白米     | 日式豬肉丼<br>豬肉、洋蔥、白蘿蔔/煮 | 番茄炒蛋<br>番茄、豆腐、蛋/炒      | 鮮菇黃瓜<br>黃瓜、菇、紅蘿蔔/炒      | 有機蔬菜<br>貴族濃湯<br>馬鈴薯、玉米粒   |             | 6.5         | 2.4       | 2.5       | 2.5        | 810 |
| 5/2                                                                                                                              | 五  | 紫米飯<br>紫米、白米   | 麻油燒雞<br>雞丁、杏鮑菇/燒     | 下飯蒼蠅頭<br>豬肉、干丁、韭菜/炒    | 培根高麗菜<br>高麗菜、培根、紅蘿蔔/炒   | 有機蔬菜<br>瓜瓜燉湯<br>時瓜、排骨     |             | 6.6         | 2.5       | 2.5       | 2.5        | 825 |
| 5/5                                                                                                                              | 一  | 校慶補假一天         |                      |                        |                         |                           |             |             |           |           |            |     |
| 5/6                                                                                                                              | 二  | 香Q白飯<br>白米     | 筍香扣肉<br>豬肉、竹筍/煮      | 蒙古烤肉<br>豬肉、豆芽、洋蔥/炒     | 開陽扁蒲<br>蒲瓜、蝦米、紅蘿蔔/炒     | 有機蔬菜<br>味噌豆腐湯<br>豆腐、小魚干   |             | 6.5         | 2.5       | 2.4       | 2.5        | 810 |
| 5/7                                                                                                                              | 三  | 豬肉炒麵<br>麵條、豬肉  | 香酥魚柳條*2<br>水鯊魚條*2/炸  | 和風關東煮<br>玉米、白蘿蔔/煮      | 彩繪花椰<br>青花菜、白花菜、紅蘿蔔/炒   | 季節時蔬<br>綠豆QQ<br>綠豆、QQ     | 鮮奶          | 6.4         | 2.4       | 2.5       | 2.5        | 803 |
| 5/8                                                                                                                              | 四  | 蕎麥飯<br>蕎麥、白米   | 醇滷湯翅<br>雞翅/滷         | 鮮炒雙絲<br>干絲、海帶絲、紅蘿蔔/炒   | 泡菜寬粉鍋<br>泡菜、高麗菜、寬粉/煮    | 有機蔬菜<br>酸菜肉片湯<br>酸菜、豬肉    |             | 6.4         | 2.5       | 2.4       | 2.4        | 804 |
| 5/9                                                                                                                              | 五  | 糙米飯<br>糙米、白米   | 三杯雞丁<br>雞肉/燒         | BBQ甜不辣<br>甜不辣、敏豆/燒     | 白菜滷<br>大白菜、木耳、豆皮/炒      | 有機蔬菜<br>麵線糊<br>紅麵線、竹筍     |             | 6.6         | 2.5       | 2.4       | 2.5        | 822 |
| 5/12                                                                                                                             | 二  | 小米飯<br>小米、白米   | 泰式酸辣雞<br>雞丁/燒        | 五更豆腐煲<br>豆腐、豬肉/煮       | 玉米肉燥<br>玉米粒、豬肉/炒        | 產履蔬菜<br>紫菜蛋花湯<br>紫菜、雞蛋    |             | 6.6         | 3.0       | 2.4       | 2.4        | 855 |
| 5/13                                                                                                                             | 三  | 香Q白飯<br>白米     | BBQ雞排<br>雞排/烤        | 下飯瓜仔肉<br>豬肉、花瓜/炒       | 脆口黃芽<br>黃豆芽、韭菜、木耳、紅蘿蔔/炒 | 有機蔬菜<br>竹筍鮮湯<br>竹筍、排骨     |             | 6.5         | 2.4       | 2.5       | 2.4        | 806 |
| 5/14                                                                                                                             | 四  | 主廚炒米粉<br>米粉、豬肉 | 鐵板豬柳<br>豬肉、白蘿蔔、洋蔥/煮  | 滷味拼盤<br>海帶結、白蘿蔔/滷      | 香酥雞塊<br>雞塊*2/炸          | 季節時蔬<br>芋香西米露<br>芋頭、西谷米   | 水果          | 6.5         | 2.5       | 2.4       | 2.5        | 815 |
| 5/15                                                                                                                             | 五  | 紫米飯<br>紫米、白米   | 蒜香魚丁<br>水鯊魚/燒        | 濃郁咖哩<br>馬鈴薯、紅蘿蔔/煮      | 貢丸瓜瓜<br>貢丸、時瓜、木耳/炒      | 有機蔬菜<br>酸辣湯<br>筍絲、豆腐、紅蘿蔔  |             | 6.5         | 2.4       | 2.5       | 2.4        | 806 |
| 5/16                                                                                                                             | 五  | 會考場地準備 停餐一天    |                      |                        |                         |                           |             |             |           |           |            |     |
| 5/19                                                                                                                             | 二  | 糙米飯<br>糙米、白米   | 黑椒里肌排<br>里肌排/燒       | 客家小炒<br>豬肉、干片/炒        | 白玉肉羹<br>白蘿蔔、肉羹/煮        | 產履蔬菜<br>冬菜豆芽湯<br>冬菜、豆芽    |             | 6.5         | 3.0       | 2.4       | 2.5        | 853 |
| 5/20                                                                                                                             | 三  | 蕎麥飯<br>蕎麥、白米   | 卡拉脆脆雞<br>雞肉/炸        | 玉米炒蛋<br>玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋/炒   | 筍片炒肉<br>竹筍、豬肉、木耳/炒      | 有機蔬菜<br>薏仁排骨湯<br>薏仁、排骨    |             | 6.4         | 2.5       | 2.5       | 2.4        | 806 |
| 5/21                                                                                                                             | 四  | 海苔香鬆飯<br>香鬆、白米 | 蔥香肉絲<br>豬肉、洋蔥/煮      | 三杯凍豆腐<br>凍豆腐、米血丁、杏鮑菇/煮 | 佛跳牆<br>大白菜、木耳、豆皮/煮      | 季節時蔬<br>紫米撞奶<br>紫米、奶粉     | 豆奶          | 6.5         | 2.4       | 2.4       | 2.5        | 808 |
| 5/22                                                                                                                             | 五  | 香Q白飯<br>白米     | 椰香咖哩雞<br>雞肉、洋蔥、紅蘿蔔/煮 | 螞蟻上樹<br>豬肉、冬粉、高麗菜/炒    | 金菇絲瓜<br>金針菇、絲瓜/煮        | 有機蔬菜<br>新加坡肉骨茶湯<br>白蘿蔔、排骨 |             | 6.5         | 2.5       | 2.4       | 2.5        | 815 |
| 5/23                                                                                                                             | 六  | 薏仁飯<br>小薏仁、白米  | 蜜汁燒魚<br>旗魚/燒         | 韓式年糕<br>泡菜、高麗菜、年糕條/炒   | 花椰什錦<br>青花菜、紅蘿蔔、杏鮑菇/炒   | 有機蔬菜<br>玉米濃湯<br>玉米、蛋      |             | 6.4         | 2.5       | 2.4       | 2.5        | 808 |
| 5/26                                                                                                                             | 二  | 南瓜飯<br>南瓜、白米   | 普羅旺斯燉肉<br>豬肉、紅蘿蔔/煮   | 紅娘炒蛋<br>紅蘿蔔、蛋/炒        | 福菜筍干<br>福菜、筍乾/煮         | 產履蔬菜<br>蘿蔔丸子湯<br>白蘿蔔、小魚丸  |             | 6.6         | 3.0       | 2.4       | 2.5        | 860 |
| 5/27                                                                                                                             | 三  | 小米飯<br>小米、白米   | 香酥魚排<br>虱目魚排/炸       | 番茄肉醬<br>番茄、豬肉、洋蔥、玉米粒/炒 | 銀芽肉絲<br>豆芽、豬肉、木耳/炒      | 有機蔬菜<br>三絲羹湯<br>紅蘿蔔、竹筍、木耳 |             | 6.6         | 2.4       | 2.5       | 2.4        | 813 |
| 5/28                                                                                                                             | 四  | 義大利麵<br>麵條、豬肉  | 照燒翅小腿<br>翅小腿*2       | 時瓜匯<br>時瓜、木耳/炒         | 家常豆腐<br>豆腐、豬肉/燒         | 季節時蔬<br>冬瓜白木耳<br>冬瓜塊、白木耳  | 水果          | 6.5         | 2.5       | 2.4       | 2.4        | 811 |
| 5/29                                                                                                                             | 五  | 香Q白飯<br>白米     | 韓式肉片<br>豬肉、高麗菜、泡菜/煮  | 黑輪大王<br>黑輪、白蘿蔔/煮       | 客家酸菜豬<br>酸菜、豬肉/炒        | 季節時蔬<br>味噌湯<br>海帶芽、豆腐     |             | 6.6         | 2.5       | 2.4       | 2.5        | 822 |
| 5/30                                                                                                                             | 五  | 端午節放假一天        |                      |                        |                         |                           |             |             |           |           |            |     |
| ★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用品及CAS國產內品，產地：臺灣 ★主菜、副菜及青菜全面使用三章1Q食材，產地：臺灣<br>★本菜單中含有食品過敏原，如大豆、芝麻、花生、蛋、奶類、魚類、麩質等，有特殊過敏體質請特別注意使用之食材。 |    |                |                      |                        |                         |                           |             |             |           |           |            |     |