

		主 食	主 菜	副 菜		青 菜	鹹湯	其 他	全蛋 個數 (A)	主蛋 內蛋 (B)	蔬蛋 (C)	魚蛋 (D)	肉蛋 (E)	
6/3	一	薏仁飯 白米,小薏仁	金黃燉豬 肉丁,南瓜/煮	炸醬干丁 絞肉,毛豆,干丁/炒	冬瓜麵筋 冬瓜,麵筋/煮	山藥鴻喜菇 山藥,鴻喜菇/炒	產履 蔬菜	香甜金針花湯 金針花,排骨		6.2	2.7	2.2	2.8	818
6/4	二	香Q白飯 白米	糖醋雞丁 雞丁/燒	蒙古烤肉 肉片,木耳,豆芽/炒	大阪花枝燒 花枝丸/燒	炒苦瓜 苦瓜/炒	有機 蔬菜	古早麵線糊 紅麵線,豬肉,竹筍		6.3	2.7	2.3	2.8	827
6/5	三	肉燥飯 白米,豬肉/煮	碳烤雞排 雞排/烤	小菜雙絲 海帶絲,豆干絲/炒	菇菇高麗 鮮菇,高麗菜/炒	甜椒匯 甜椒/燒	季節 時蔬	綠豆QQ 綠豆,(O)	牛奶	7.0	2.5	2.2	2.0	823
6/6	四	麥片飯 白米,麥片	豆醬燒魚 水鯊魚丁/燒	德州脆薯條 馬鈴薯/炸	關東煮甜不辣 蘿蔔,甜不辣/煮	巷口滷油腐 油豆腐/滷	有機 蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜,肉絲		6.2	2.7	2.3	3.0	829
6/7	五	香Q白飯 白米	豉汁肉片 肉片/燒	紅娘炒蛋 蛋,紅蘿蔔/炒	客家桂竹筍 桂竹筍/煮	炒雪裡紅 雪裡紅/炒	有機 蔬菜	時瓜燉湯 時瓜,排骨		6.3	2.7	2.3	2.9	832
6/10	一	端午節休假												
6/11	二	香Q白飯 白米	黑椒豬柳 豬柳,洋蔥/燒	麻婆豆腐 豆腐,絞肉/炒	白菜炒年糕 白菜,年糕/炒	花生四分干 花生,四分干/燒	有機 蔬菜	日式味噌湯 海芽		6.4	2.7	2.2	2.8	832
6/12	三	鐵板炒麵 麵條,豬肉/炒	吮指雞翅 雞翅/滷	冰糖烤地瓜 地瓜/烤	蒜香花椰 花椰菜/炒	芹香美白菇 芹菜,美白菇/炒	季節 時蔬	燕麥奶茶 小薏仁,麥茶,奶粉	水果	6.6	2.6	2.3	2.8	841
6/13	四	紫米飯 白米,紫米	風味魚條 水鯊魚/炸	洋蔥炒蛋 洋蔥,蛋/炒	照燒黑豆干 黑豆干,杏鮑菇/燒	鳳梨木耳 鳳梨,木耳/炒	有機 蔬菜	玉米濃湯 玉米,紅蘿蔔		6.6	2.5	2.3	2.8	833
6/14	五	香Q白飯 白米	瓜仔雞 雞丁,花瓜/燒	日式燉洋芋 馬鈴薯,紅蘿蔔/煮	鮮瓜貢丸片 貢丸,時瓜,木耳,紅蘿蔔/炒	老皮嫩肉 豆腐/炸	有機 蔬菜	竹筍排骨湯 竹筍,排骨		6.6	2.8	2.1	2.9	835
6/17	一	紅藜麥 白米,紅藜	萬巒豬腳 豬腳,肉丁,筍/煮	三杯米血凍腐 米血糕,凍豆腐/燒	蝦香甘藍 蝦米,高麗菜,紅蘿蔔/炒	鮮蔬玉米筍 玉米筍,時蔬/炒	產履 蔬菜	紫菜蛋花湯 紫菜,蛋		6.4	2.7	2.1	2.8	829
6/18	二	香Q白飯 白米	鹽酥雞 雞丁/炸	義式茄汁肉醬 馬鈴薯,番茄,絞肉/煮	蘿蔔燒麵輪 蘿蔔,麵輪/煮	木耳筍白筍 木耳,筍白筍/炒	有機 蔬菜	酸辣湯 筍絲,紅蘿蔔		6.6	2.7	2.0	2.8	841
6/19	三	炒米粉 米粉,豬肉	橙汁排骨 排骨,肉丁/燒	台式炒蛋 菜脯,雞蛋/炒	海根豆干 海帶根,豆干/炒	芹菜茼蒿 芹菜,茼蒿/炒	季節 時蔬	冬瓜白木耳 冬瓜塊,白木耳	豆奶	6.8	2.7	2.1	2.9	862
6/20	四	薏仁飯 白米,小薏仁	衝衝蔥油雞 雞丁/燒	人氣粉絲煲 絞肉,大白菜,冬粉/炒	金茸絲瓜 金針菇,絲瓜/炒	蘿蔔素雞 素雞,蘿蔔/炒	有機 蔬菜	薑絲昆布湯 海芽,薑		6.6	2.5	2.2	2.8	831
6/21	五	香Q白飯 白米	蒜香鯰魚 鯰魚/燒	麥香雞堡 雞堡排/炸	鐵板豆芽 豆芽菜,豬肉/炒	椒椒雙拼 青椒,甜椒/炒	有機 蔬菜	酸菜鴨肉湯 酸菜,鴨肉		6.4	2.7	2.2	3.0	841
6/24	一	芝麻飯 白米,芝麻	下飯黃燜雞 雞丁,馬鈴薯/煮	番茄嫩蛋 番茄,豆腐,蛋/炒	竹筍肉羹 筍絲,肉羹,紅蘿蔔/煮	家常紫茄 茄子/炒	產履 蔬菜	白玉排骨湯 蘿蔔,排骨		6.4	2.7	2.3	2.7	830
6/25	二	香Q白飯 白米	京醬肉絲 肉絲/燒	港式蘿蔔糕 蘿蔔糕,絞肉,菜脯/燒	什錦花椰 花椰菜/炒	橙汁豆腸 豆腸/燒	有機 蔬菜	港式肉骨茶 杏鮑菇,豆包		6.6	2.5	2.2	2.9	835
6/26	三	炒飯 白米,豬肉	糖醋魚排 虱目小魚排x2/炸	海結小豆干 海帶結,四分干/燒	熱炒鮮瓜 時瓜,時蔬/炒	金平蓮藕 蓮藕/燒	季節 時蔬	芋香西米露 芋頭,西谷米	水果	6.6	2.7	2.2	3.0	855
6/27	四	五穀飯 白米,五穀米	涮涮壽喜燒 肉片,白蘿蔔,洋蔥/燒	玉米肉茸 玉米,絞肉/炒	四季豆甜不辣 四季豆,甜不辣/炒	豆豉苦瓜 苦瓜/炒	有機 蔬菜	小魚味噌湯 小魚乾,海芽		6.6	2.7	2.2	2.7	841
6/28	五	香Q白飯 白米	照燒小腿 翅小腿x2/燒	五味油腐 油丁,絞肉/炒	宜蘭西魯肉 白菜,豬肉,紅蘿蔔/煮	黑椒秀珍菇 秀珍菇/炒	有機 蔬菜	巧達濃湯 玉米,洋蔥		6.2	2.8	2.1	2.9	827

★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豬肉及CAS國產肉品，產地:台灣 ★主菜、副菜及青菜全面使用三章1Q食材，產地：台灣