



*本公司全面使用非基因改造玉米及豆製品,敬請安心使用 *本菜單含有蝦、花生、奶製品、蛋及蛋製品,不適合其過敏體質者食用**◎消費者服務專線:(02)2796-9305 傳真:(02)2276-3714 e-mail: kh9305@gmail.com◎營養師:林美廷(營養字第006713)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	餐	大碗(份)	中碗(份)	小碗(份)	特(份)	里(份)	量(份)	量(份)	
2/21	三	白飯 白米	港式叉燒肉 叉燒肉-烤 每人4條	黃金泡菜雞 韓式泡菜,雞肉,蔬菜-煮	玉筍花椰 玉米筍,花椰菜-炒	蘿蔔燉雞湯 蘿蔔,雞肉		5.5	2.2	1.8	2.6	0	270	712
2/22	四	蔥油雞肉拌飯 紅蔥末,雞肉,蔬菜,白米	炸雞腿 雞腿-炸	柴魚章魚燒 柴魚,章魚燒-烤 每人2顆	有機蔬菜 芋圓,地瓜圓	QQ甜湯	水果	5.4	2.2	1.7	2.8	1	270	771.5
2/23	五	小米飯 小米,白米	咖哩豬肉 咖哩,洋芋,紅蘿蔔,洋蔥,豬肉-煮	燒烤醬花枝揚 花枝揚,紅蘿蔔-炒	三杯鮑菇 九層塔,鮑菇-煮	紫菜蛋花湯 紫菜,雞蛋		5.6	2.1	1.5	2.9	0	280	717.5
2/26	一	白飯 白米	檸檬烤雞翅 雞翅-烤	八寶肉醬 豬肉,毛豆,豆干,蘿蔔-煮	韭香豆芽 韭菜,豆芽,紅蘿蔔-炒	日式豚骨湯 蔬菜,高麗菜,湯排		5.7	2.2	2.0	2.4	0	285	722
2/27	二	糙米飯 糙米,白米	芋香豬肉 豬肉,芋頭,蔬菜-煮	粉紅關東煮 黑輪,米血糕,蘿蔔,燕餃-煮	翡翠三絲 紅蘿蔔,金針菇,蔬菜-炒	竹筍蔬菜湯 筍子,蔬菜	水果	5.6	2.1	1.5	2.9	1	270	777.5
3/1	四	小麥飯 小麥,白米	黑胡椒豬柳 洋蔥,紅蘿蔔,豬肉-煮	烤雞腿肉捲 雞腿肉捲-烤	有機蔬菜	蔥花蛋花湯 蔥,雞蛋	水果	5.7	2.2	2.0	2.4	1	270	782
2	五	白飯 白米	鹽酥雞 雞肉-炸 每人3塊	梅汁豬肉 梅汁,豬肉-煮	枸杞鮮瓜 枸杞,鮮瓜-煮	蘿蔔貢丸湯 貢丸,蘿蔔		5.6	2.1	1.5	2.9	0	270	717.5
5	一	薏仁飯 薏仁,白米	柚香風味雞肉 柚香,雞肉-炒	蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	木耳條豆 木耳,條豆-炒	日式豆腐湯 豆腐,蔬菜		5.5	2.2	1.8	2.6	0	285	712
6	二	番茄豬肉義大利麵 番茄,豬肉,義大利麵	五香豬肉 油豆腐,豬肉-煮	麥克雞塊 麥克雞肉-炸 每人2塊	針菇蒲瓜 金針菇,蒲瓜-煮	義式濃湯 紅蘿蔔,洋芋,蔬菜	水果	5.4	2.2	1.7	2.8	1	270	771.5
7	三	雜糧飯 雜糧,白米	檸檬燒雞肉 雞肉,蔬菜-煮	迷迭香燒肉 鮮菇,豬肉,蔬菜-燒	炒西蘭花 紅蘿蔔,花椰菜-炒	蔥花蛋花湯 蔥,雞蛋,蔬菜		5.6	2.1	1.5	2.9	0	320	717.5
8	四	小米飯 小米,白米	海苔燒豬排 海苔,豬排-燒	香菇肉燥餛飩 香菇,肉燥,餃子,烤麩-煮	有機蔬菜	芋圓甜湯 芋圓	水果	5.7	2.2	2.0	2.4	1	270	782
9	五	白飯 白米	紐澳風烤雞腿 雞腿-烤	酸甜虎皮蛋 酸甜醬,洋蔥,蔬菜,雞蛋-煮	紅絲甘藍 紅蘿蔔,高麗菜-炒	結頭排骨湯 結頭排,湯排		5.4	2.2	1.7	2.8	0	295	711.5
12	一	白飯 白米	佛蒙特咖哩豬 洋芋,洋蔥,紅蘿蔔,豬肉-煮	黑輪燒 黑輪,白蘿蔔-燒	紅絲銀芽 豆芽菜,紅蘿蔔,肉絲-炒	香菇雞湯 香菇,鮮菇,雞肉		5.6	2.3	1.5	2.5	0	285	714.5
13	二	薏仁飯 薏仁,白米	烤翅小腿 翅小腿-烤 每人2支	洋芋炒蛋 洋芋,紅蘿蔔,雞蛋-炒	塔香鮑菇 香鮑菇,油豆腐,蔬菜-燒	黑糖粉圓 粉圓,黑糖	水果	5.6	2.1	1.8	2.8	1	285	780.5
14	三	白飯 白米	豬肉條 豬肉條肉-烤 每人4條	甜醬燉雞肉 雞肉,蔬菜-煮	蘿蔔鮮蔬 白蘿蔔,金針菇,葫蘆-煮	南瓜濃湯 南瓜,洋芋,紅蘿蔔		5.6	2.1	1.8	2.8	0	320	720.5
15	四	麻香花生油飯 花生,麵筋末,白米	青醬野菇洋芋 鮮菇,洋芋,蔬菜-煮	地瓜薯條 地瓜薯條-炸 每人6條	有機蔬菜	味噌豆腐湯 味噌,豆腐,洋蔥	水果	5.6	2.1	1.5	2.9	1	270	767.5
16	五	白飯 白米	桔醬豬排 豬排,桔醬-煮	玉米歐姆蛋 青豆,玉米,紅蘿蔔,雞蛋-炒	雙色花椰 雙色花椰菜-炒	薏仁排骨湯 薏仁,排骨		5.8	2.0	1.7	2.4	0	290	706.5
19	一	柴魚豬肉烏龍麵 柴魚,豬肉,蔬菜,烏龍麵	炭烤雞翅 雞翅-烤	味噌福州丸 福州丸,玉米,蔬菜-煮 每人一顆	香菇時蔬 香菇,鮮瓜-煮	芋香西米露 芋頭,西米露		5.6	2.3	1.5	2.7	0	285	723.5
20	二	白飯 白米	炸豬肉酥 豬肉-炸 每人4個	蕃茄餛飩 蕃茄,洋蔥,餛飩-煮	鐵板什錦 金針菇,蔬菜,肉絲-煮	柴魚蘿蔔湯 柴魚,蘿蔔,豆腐	水果	5.7	2.2	2.0	2.4	1	270	782
21	三	地瓜飯 地瓜,白米	壽喜醬雞肉 洋蔥,雞肉,蔬菜-煮	沙茶鮮魷 魷魚,紅蘿蔔,花椰菜-炒	紅蘿蔔鮮瓜 紅蘿蔔,鮮瓜-煮	廣東粥 豬肉,蔬菜,白米		5.6	2.3	1.5	2.5	0	320	714.5
22	四	白飯 白米	南瓜起司豬肉 南瓜,豬肉-煮	肉燥粉絲煲 豬絞肉,高麗菜,粉絲-煮	有機蔬菜	蕃茄羅宋湯 蕃茄,洋芋,蔬菜	水果	5.8	2.0	1.7	2.4	1	270	766.5
23	五	芝麻飯 芝麻,白米	蠔油燒雞排 雞排-燒	酸甜泡菜魚蛋 自製泡菜,蔬菜,魚蛋-煮	彩繪條豆 條豆,彩椒-炒	山藥排骨湯 山藥,洋芋,湯排		5.7	2.2	2.0	2.4	0	280	722
26	一	白飯 白米	糖醋咕咾肉 彩椒,洋蔥,豬肉-燒	蒸蛋 雞蛋,蔬菜-蒸	時蔬鮑菇 鮑菇,紅蘿蔔-煮	南瓜肉絲湯 南瓜,豬肉絲		5.6	2.1	1.5	2.9	0	320	717.5
27	二	燕麥飯 燕麥,白米	蘋果咖哩雞肉 咖哩,洋芋,紅蘿蔔,雞肉-煮	花枝丸 花枝丸,花椰菜-煮 每人2顆	木耳甘藍 木耳,紅蘿蔔,高麗菜-炒	玉米蛋花湯 蔥,玉米,雞蛋	水果	5.5	2.2	1.8	2.6	1	280	772
28	三	糙米飯 糙米,白米	蜜汁豬肉 豬排-燒	海山醬燒雞 雞肉,蘿蔔,蔬菜-煮	椒香豆芽 豆芽菜,芹菜,蘿蔔-炒	酸辣湯 豆腐,木耳,蔬菜		5.4	2.2	1.7	2.8	0	270	711.5
29	四	白飯 白米	味噌奶醬燉雞 雞肉,蔬菜-煮	蔥爆香干肉絲 豆干,肉絲,蔥-炒	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔,湯排	水果	5.6	2.1	1.5	2.9	1	285	777.5
30	五	燒烤雞肉蛋炒飯 雞肉,蔬菜,白米	泰式豬排 豬排-燒	紅燒豆腐 絞肉,豆腐,青豆-煮	白菜肉絲 大白菜,蔬菜,肉絲-煮	燒仙草 燒仙草		5.7	2.2	2.0	2.4	0	280	722
31	六	白飯 白米	鹽酥雞塊 新鮮雞肉-炸 每人4塊	番茄炒蛋 番茄,雞蛋,豆腐-煮	脆炒菠菜 芝麻,菠菜-炒	鮮菇排骨湯 金針菇,蔬菜,湯排		5.6	2.1	1.5	2.9	0	280	717.5

主要種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其它分析(次/月)	
豆製品	魚肉種類	豬肉	雞肉	生鮮食材	調理食品	生鮮食材	調理食品	油炸品	甜湯
1次	0次	14次	13次	27次	0次	47次	9次	6次	5次