

\*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、芝麻、葵花籽及其製品、堅果類及其製品、含麩筋蛋白之穀物、大豆及其製品、鱈魚等魚類,不適合其過敏體質者食用  
 \*\*◎消費者服務專線:(02)2996-9305 傳真:(02)2276-3714 e-mail:kh9305@gmail.com◎營養師:黃詠怡(營養字第3906號)

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	水果	紅豆	綠豆	燕窩	魚蛋	
2	一	白飯 白米	味噌醬豬肉 豬肉塊,蘿蔔,條豆-煮	玉米滑蛋 玉米,鮮菇,毛豆,蛋-炒	彩燴白菜 白菜,紅蘿蔔,木耳-煮	山藥雞湯 山藥,薑仁,帶骨雞肉		5.2	2.7	2.3	2.2	723
3	二	焗烤 咖哩南杏飯 杏片,玉米,洋蔥,絞肉,青豆,白米	炸雞腿 雞腿-炸	甜不辣關東煮 甜不辣,魚卵捲,竹筴,蘿蔔-煮	產銷履歷	~甜~ 紅豆牛奶 紅豆,奶粉●	水果	5.4	2.6	2.2	2.2	727
4	三	紫米飯 紫米,白米	香蒜豬肉片 豬肉片,白蘿蔔,蒜-炒	泰式燒雞 雞肉,西芹,蔬菜-燒	雙色花椰 花椰,蔬菜-炒	海芽蛋花湯 海芽,雞蛋●,蔬菜		5.4	2.7	2.3	2.2	737
5	四	小米飯 小米,白米	茄汁魚排 魚排-燒	洋蔥肉柳 豬肉柳,洋蔥,豆干,蔥-炒	有機蔬菜	巧達濃湯 蘿蔔,蔬菜,洋芋	水果	5.5	2.5	2.4	2.2	732
6	五	白飯 白米	客家福菜豬 豬肉,福菜,筍茸-燉	烤雞腿肉捲 雞腿肉捲-烤	翠炒高麗 高麗,紅蘿蔔,木耳-炒	酸菜鴨湯 帶骨鴨肉,酸菜		5.3	2.6	2.4	2.2	725
9	一	雜糧飯 雜糧,白米	香蔥炒肉 蔥,肉片,豆干-炒	烤翅小腿 X2 翅小腿-烤	韭菜豆芽 綠豆芽,韭菜,紅蘿蔔-炒	針菇鮮瓜湯 金針菇,鮮瓜,湯排		5.3	2.6	2.4	2.2	725
10	二	白飯 白米	叉燒肉條 X4 豬肉條-烤	義式番茄蛋 番茄,雞蛋●,義式香料-炒	產銷履歷	結菜丸子湯 結頭菜,小丸子,芹珠	水果	5.4	2.7	2.3	2.2	737
11	三	小麥飯 小麥,白米	豆乳燒雞 蘿蔔,豆乳,雞肉-燒	南瓜燉豬 豬肉,南瓜,毛豆-煮	產銷履歷	香蔥蛋花湯 玉米,雞蛋●,蔥		5.3	2.7	2.5	2.2	735
12	四	香鬆 味噌烏龍麵 高麗,木耳,紅絲,豬肉絲,烏龍麵,海苔香鬆	醬爆肉片 豬肉片,洋蔥,蔬菜-燒	烤雞腿 雞腿-烤	有機蔬菜	~甜~ 芋香西米露 芋頭,西谷米	水果	5.2	2.8	2.2	2.3	738
13	五	地瓜飯 地瓜,白米	炸脆皮雞翅 三節翅-炸	鴿蛋佛跳牆 大白菜,芋頭,鴿蛋,木耳,蘿蔔-煮	產銷履歷	味噌豆腐湯 味噌,洋蔥,豆腐		5.4	2.6	2.4	2.2	732
16	一	南瓜子 白醬筆尖麵 洋蔥,豬絞肉,蔬菜,筆尖麵,南瓜子●	叻沙豬排 豬排-燒	海苔薯餅 X3 薯餅,海苔粉-烤 每人3餅	產銷履歷	香菇雞湯 蘿蔔,帶骨雞肉,香菇		5.0	2.7	2.3	2.5	728
17	二	胚芽飯 胚芽,白米	麻油雞 雞肉塊,高麗菜,薑片-煮	糖醋魚條 X2 土魷魚,鳳梨,洋蔥-煮	產銷履歷	玉米濃湯 玉米,雞蛋●,蔬菜	水果	5.2	2.8	2.2	2.3	738
18	三	蕎麥飯 蕎麥,白米	高昇排骨 豬肉塊,彩椒-燒	炸虱目魚柳 X3 虱目魚柳●-炸	快炒條豆 條豆,蔬菜,絞肉-炒	冬瓜肉絲湯 冬瓜,肉絲,薑絲		5.1	2.7	2.3	2.4	725
19	四	芝麻飯 【蔬食日】 芝麻,白米	瓜仔鴿蛋 冬瓜,豆乾丁,碎瓜,鴿蛋-燒	焗烤 泡菜年糕 泡菜,年糕,蔬菜,起司-焗	有機蔬菜	芋香米粉湯 粗米粉,芋頭,蔬菜	水果	5.0	2.8	2.3	2.5	730
20	五	白飯 白米	北菇燻肉片 豬肉片,袖珍菇,蔥-炒	烤三節翅 三節雞翅-烤	玉筍花椰 花椰菜,玉米筍-煮	~甜~ 紅豆紫米湯 紅豆,紫米		5.2	2.8	2.0	2.3	728
23	一	小米飯 小米,白米	XO醬炒雞肉 雞肉塊,蔬菜-炒	火腿蒸蛋 雞蛋●,火腿,蔬菜-蒸	產銷履歷	鮮瓜金菇湯 鮮瓜,金針菇,湯排		5.2	2.7	2.3	2.2	723
24	二	白飯 白米	奶香燉豬 豬肉塊,洋芋,洋蔥-燉	炸麥克雞塊 X3 麥克雞塊-炸	產銷履歷	鳳梨雞湯 帶骨雞肉,蔴鳳梨,蔬菜	水果	5.0	2.7	2.3	2.5	728
25	三	五穀飯 五穀,白米	宮保雞丁 雞肉,花生●,鮑菇-燒	白菜燴肉片 白菜,肉片,蔬菜-煮	產銷履歷	紫菜蛋花湯 紫菜,雞蛋●,蔬菜		5.1	2.7	2.3	2.4	725
26	四	肉絲 青蔬炒河粉 高麗,蔬菜,豬肉絲,河粉	黑胡椒豬排 豬排-燒	芝麻地瓜雞 地瓜,雞肉,白芝麻-燒	有機蔬菜	~甜~ 綠豆薏仁湯 綠豆,薏仁	水果	5.4	2.7	2.3	2.2	737
27	五	玉米飯 玉米,白米	三杯雞 雞肉塊,薑片,九層塔-燒	鹹豬肉炒高麗 高麗,紅蘿蔔,鹹豬肉-炒	產銷履歷	洋芋肉茸湯 洋芋,豬絞肉,薏仁		5.2	2.8	2.0	2.3	728
30	一	白飯 白米	照燒肉排 豬排-燒	咖哩起司球 X2 洋蔥,馬鈴薯,起司球-煮	清炒花椰 花椰,蔬菜-炒	小魚味噌湯 小魚干●,豆腐,味噌		5.1	2.7	2.3	2.4	725
31	二	糙米飯 糙米,白米	蔥油燒雞 雞肉塊,洋蔥,青蔥-燒	雪裡紅小炒肉 豬絞肉,豆干,雪裡紅,紅蘿蔔-炒	彩繪鮮菇 鮑菇,蘿蔔-炒	韓式黃芽湯 海芽,黃豆芽,豬肉絲	水果	5.0	2.8	2.3	2.5	730

主要種類(次/月)			主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析 加工品		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	魚肉類	其他類	油炸品	甜湯
1次	1次	12次	8次	22次	0次	5次	1次	4次	4次

易致敏食材會於食材處標示●