



日期/月	主食	主菜	副菜	湯品	附註
1 三	白飯 白米	烤肉醬燒雞 雞肉、豆薯-燒	貢丸關東煮 △凍豆腐、蘿蔔、小貢丸-煮	竹筍炒肉絲 筍、豬肉、木耳-炒	菇菇排骨湯 金針菇、豬肉、香菇
2 四	經節 香鬆飯 有機白米 [附△經節香鬆包]	黃金蝦排×1 △蝦排-燒	玉米歐姆蛋 △雞蛋、玉米-炒	有機蔬菜	香芹白玉湯 蘿蔔、芹菜



~端午節快樂~



日期/月	主食	主菜	副菜	湯品	附註
6 一	白飯 白米	鹹酥雞×4 雞肉、豆段-炸	咖哩洋芋 馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	有機蔬菜	鮮筍湯 筍、鮮蔬
7 二	日式 什錦炒麵 △麵、豬肉、高麗菜、鮮蔬	香燒豬排×1 豬排-燒	烤翅小腿×1 翅小腿-烤	有機蔬菜	豆腐味噌湯 △豆腐、鮮蔬、△柴魚
8 三	白飯 白米	沙茶雞丁 雞肉、洋蔥-炒	雙色花椰 白、綠花椰菜、木耳-炒	青菜	鮮瓜煲湯 胡瓜、豬肉
9 四	有機白飯 有機白米	普羅旺斯燉肉 豬肉、馬鈴薯、番茄、鮮蔬-燉	香菇高麗 高麗菜、香菇-炒	有機蔬菜	~冰~ 仙草露 仙草
10 五	白飯 白米	蜜汁醬拌雞 雞肉、洋蔥-燒	飄香油腐 蘿蔔、△油豆腐-滷	黑椒銀芽 豆芽菜、鮮蔬、韭菜-炒	裙帶海芽湯 海帶芽、薑
13 一	麥片飯 白米、△麥片	蠔香肉柳 豬肉、豆薯-炒	蔬炒玉米 玉米、馬鈴薯、青豆-炒	有機蔬菜	味噌湯 蘿蔔、鮮蔬、△柴魚
14 二	台式醬香 什錦炒飯 白米、豬肉、鮮蔬	炭烤雞排×1 雞排-烤	黑輪棒×1 △黑輪-烤	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑
15 三	燕麥飯 白米、△燕麥	和風燒肉 豬肉、鮮蔬-煮	客家小炒 △豆干、豬肉、△鯪魚翅、芹菜-炒	青菜	台式麵線羹 鮮蔬、麵線、木耳、△柴魚
16 四	海苔 香鬆飯 白米【附海苔香鬆包】	奶香 洋芋燉菜 馬鈴薯、紅蘿蔔-燉	蒸蛋 △雞蛋-蒸	有機蔬菜	~冰~ 芋頭西米露 芋頭、西谷米
17 五	小米飯 白米、小米	排骨酥×4 豬肉、豆段-炸	絞肉嫩腐煲 △豆腐、洋蔥、豬肉-煮	青菜	金針湯 蘿蔔、金針花、雞肉
20 一	粉紅醬 肉蓉義大利麵 △麵、豬肉、鮮蔬、△奶奶粉	炙燒雞翅×1 三節雞翅-烤	酥烤 豬肉餡餅×1 △餡餅-烤	有機蔬菜	鮮瓜豬骨湯 鮮瓜、豬肉
21 二	全穀飯 白米、全穀米	打拋豬 豬肉、番茄、九層塔-炒	紅片高麗 高麗菜、紅蘿蔔、△蝦皮-炒	有機蔬菜	巧達濃湯 馬鈴薯、紅蘿蔔、△雞蛋、 洋蔥、△奶奶粉
22 三	白飯 白米	壽喜燒嫩雞 雞肉、洋蔥-煮	紅蘿蔔炒蛋 △雞蛋、紅蘿蔔-炒	青菜	肉骨茶湯 鮮蔬、菇、豬肉
23 四	有機白飯 有機白米	南洋咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔-煮	火烤 玉米餅×1 △可樂餅-烤	有機蔬菜	小魚味噌湯 海帶芽、△小魚乾、△柴魚
24 五	白飯 白米	糖醋雞球 雞肉、洋蔥、鳳梨-燒	回鍋肉 △豆干、高麗菜、豬肉、木耳-炒	青菜	竹筍湯 竹筍、豬肉
27 一	蕎麥飯 白米、△蕎麥	下飯肉燥 豬肉、菇-煮	茶碗蒸 △雞蛋-蒸	有機蔬菜	~冰~ 地瓜湯 地瓜
28 二	古早味 肉絲油飯 含白米50%、糯米、豬肉、鮮蔬	吮指棒棒腿×2 翅小腿-烤	蒜香甘藍 高麗菜、蒜-炒	有機蔬菜	玉米蛋花湯 玉米、△雞蛋
29 三	雜糧飯 白米、雜糧米	韓式燒肉 豬肉、洋蔥、△白芝麻-炒	茄汁 甜不辣 △甜不辣、鮮蔬-炒	青菜	柴香油腐湯 △油豆腐、小魚乾、△柴魚
30 四	有機白飯 有機白米	醬香魚排×1 △魚排-燒	麻婆豆腐 △豆腐、豬肉、鮮蔬-煮	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔、豬肉、芹菜

→本菜单内容含有过敏原：1.甲级蛋 2.芒果 3.花生 4.牛奶 5.蛋 6.堅果 7.芝麻 8.含麸質之穀類 9.大豆 10.魚類 11.亞硝酸鹽等製品及其相關製品，有過敏體質者，敬請小心食用！

副菜食材分析(次/月)

其他分析(次/月)

加工食品

其他分析(次/月)



主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)			副菜食材分析(次/月)		
豆類及 其製品	魚肉及海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	魚肉類	其他	油炸品	甜湯	
0次	2次	9次	9次	21次	2次	3次	2次	3次	