



115 年 1+2 月



\*菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶及羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等，不適合其過敏體質者食用 ◎營養師：黃詠怡（營養字第 3906 號）

~~ 放 寒 假 囉 ☺ 過 年 假 期 愉 快 ~~														
2/23	一	<div>白飯</div> <div>白米</div>	<div>沙嗲洋芋豬</div> <div>豬肉,洋芋,蔬菜-煮</div>	<div>綿密蒸蛋</div> <div>雞蛋,蔬菜-蒸</div>	<div>有機蔬菜</div>	<div>金針雞湯</div> <div>蘿蔔,帶骨雞肉,金針花</div>	5.9	2.4	2.2	2.4	756			
24	二	<div>香鬆有機飯</div> <div>有機白米,海苔香鬆(附包)</div>	<div>香烤雞排 X 1</div> <div>雞排 X 1-烤</div>	<div>日式關東煮</div> <div>蘿蔔,四方干,豬肉片,蔬菜-煮</div>	<div>有機蔬菜</div>	<div>~甜~綠豆湯</div> <div>綠豆,麥片</div>	水果	5.6	2.3	2.2	2.3	723		
25	三	<div>紅扁豆飯</div> <div>白米,紅扁豆</div>	<div>塔香燒豬</div> <div>豬肉,竹筍,蔬菜-燒</div>	<div>▲★炸甜心地瓜捲 X 3</div> <div>地瓜捲(麵粉,地瓜製品)X 3-炸【三號】</div>	<div>標章蔬菜(深綠)</div>	<div>冬瓜雞湯</div> <div>冬瓜,帶骨雞肉,枸杞</div>	5.7	2.4	2.1	2.4	740			
26	四	<div>白飯</div> <div>白米</div>	<div>★炸椒鹽雞翅 X 1</div> <div>三節雞翅 X 1-炸</div>	<div>洋蔥紅艸蛋</div> <div>洋葱,雞蛋,蘿蔔-炒</div>	<div>有機蔬菜</div>	<div>柴魚味噌湯</div> <div>豆腐,蔬菜,柴魚,味噌</div>	水果	5.5	2.4	2.2	2.4	728		
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)					
蛋豆製品		魚肉種類		豬肉	雞肉	生鮮食材		調理肉品		生鮮食材		▲加工品	★油炸品	甜湯
0次		0次		2次	2次	4次		0次		3次		1次	2次	1次