



本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改造食材並符合三零一規範，敬請安心食用。加工食材以▲標示，1週提供1-3份深綠色蔬菜。
◎本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀類、大豆、魚類、亞硝酸鹽等製品及其相關製品、有過敏原者，敬請小心食用！過敏原以◎標示，已投保明台產物1億元產品責任險。
營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、全瑞華(營養字第008066)、陳冠銘(營養字第012095)、陳威銘(營養字第012097)、張鴻海(營養字第012362)、張瑞銘(營養字第011998)

日期	星期	主食	主菜	湯品	附餐	全蛋類	豆魚類	蔬菜類	油類	水果	數量
2	五	白飯 白米-蒸	香草燉肉 帶骨雞肉、馬鈴薯、蔬菜、◎奶粉-炸	▲★鍋貼X2 鍋貼(麵粉製品、豬肉製品)-炸	產履蔬菜(深綠)	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔、豬骨	5.6	2.3	2	2.4	723
5	一	八寶飯 白米、雜糧米-蒸	香烤雞翅X1 帶骨雞翅-烤	玉米炒蛋 ◎雞蛋、玉米、◎紫芝麻-炒	有機福山高苣	~甜~ 芋香西米露 西谷米、芋頭、◎奶粉、椰漿	5.7	2.4	1.9	2.5	799
6	二	海苔肉絲炒飯 有機白米、玉米、蔬菜、豬肉、海苔-炒	照燒豬排X1 豬排-燒	▲★甘梅地瓜條X4 地瓜薯條(麵粉製品)、梅子粉-炸	有機小白菜	海苔蛋花湯 海帶芽、◎雞蛋	5.5	2.4	2	2.4	789
7	三	燕麥飯 白米、燕麥-蒸	和風親子丼 帶骨雞肉、◎雞蛋、蔬菜、◎柴魚片-燉	總匯干丁 豆干、玉米、蔬菜、毛豆-炒	產履蔬菜(深綠)	鮮瓜湯 冬瓜、雞骨、枸杞	5.7	2.4	2.1	2.4	740
8	四	白飯 白米-蒸	南洋叻沙豬 豬肉、馬鈴薯、蔬菜、椰漿、◎蝦醬-煮	五香滷蛋X1 ◎雞蛋、海帶結-滷	有機山茼蒿	豆腐味噌湯 豆腐、味噌、◎柴魚	5.7	2.3	1.9	2.5	792
9	五	糙米飯 白米、糙米-蒸	墨西哥燒肉 帶骨雞肉、蔬菜、玉米-烤	香燒嫩腐 油豆腐、蘿蔔、菇-燒	產履蔬菜(深綠)	結頭菇湯 結頭菜、菇	5.5	2.3	2.1	2.4	718
12	一	【焗烤】 白醬豚肉筆管麵 麵、蔬菜、豬肉、◎奶粉、◎起司粉-烤	迷迭香翅小腿X2 帶骨翅小腿-烤	木耳花椰 花椰菜、木耳-炒	有機荷葉白菜	芹菜蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜	5.4	2.4	2	2.3	712
13	二	小米有機飯 有機白米、小米-蒸	★BBQ醬燒豬肉X4 豬肉、豆段-炸	菇菇炒蛋(有機杏鮑菇) ◎雞蛋、有機杏鮑菇、毛豆-炒	有機高麗菜	巧達濃湯 馬鈴薯、蔬菜、◎雞蛋、◎奶粉	5.7	2.3	1.9	2.6	811
14	三	白飯 白米-蒸	日式咖哩雞 帶骨雞肉、馬鈴薯、蔬菜-煮	鮮菇炒筍 竹筍、菇、蔬菜、豬肉-炒	產履蔬菜(深綠)	薑絲海苔湯 海帶芽、薑	5.5	2.4	2	2.3	719
15	四	海苔香鬆拌飯 白米、◎海苔香鬆-蒸	堅果四分干 乾蘿蔔、四分干、◎南瓜子、◎南瓜子-燉	毛豆蒸蛋 ◎雞蛋、毛豆-蒸	有機菠菜	~甜~ 綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁	5.5	2.5	1.9	2.5	799
16	五	白飯 白米-蒸	青醬燉魚 ◎水蜜魚丁、馬鈴薯、蔬菜、◎奶粉-燉	熱炒甘藍 高麗菜、豬肉、菇、枸杞-炒	產履蔬菜(深綠)	玉米蛋花湯 玉米、蔬菜、◎雞蛋	5.7	2.5	2.1	2.4	747
19	一	香菇肉絲油飯 白米、長糯米、豬肉、乾香菇、薑-炒	醬烤大雞腿X1 帶骨雞腿-烤	木耳銀芽 豆芽菜、蔬菜、木耳-煮	有機A菜	昆布豆腐湯 海帶芽、豆腐	5.7	2.3	1.9	2.6	736
20	二	蕎麥有機飯 有機白米、蕎麥-蒸	京醬肉柳 豬肉、蔬菜-炒	【焗烤】 起司蒸蛋 ◎雞蛋、◎起司粉、◎奶粉-烤	有機青江菜	~甜~ 仙草奶凍 仙草原汁、仙草、麥片、◎奶粉	5.5	2.4	2	2.3	779
21	三	薏仁飯 白米、小薏仁-蒸	安東燉雞 雞肉、蔬菜、馬鈴薯、寬冬粉、◎白芝麻-燉	海帶三鮮 海帶絲、白干絲、薑-炒	產履蔬菜(深綠)	玉米排骨湯 玉米、蔬菜、豬骨	5.6	2.5	2	2.4	798
22	四	白飯 白米-蒸	五香豬腳 豬肉、蔬菜、筍干-滷	▲洋芋肉丸X1 獅子頭(豬肉製品)、馬鈴薯、蔬菜-燉	有機黑葉白菜	元氣蔘雞湯 蔬菜、雞骨、蔘鬚	5.7	2.4	2	2.6	806
23	五	藜麥飯 白米、藜麥-蒸	鹹水雞 帶骨雞肉、豆萵、蔬菜-煮	客家小炒 豆干、豬肉、◎魷魚翅、芹菜-炒	產履蔬菜(深綠)	番茄蛋花湯 番茄、蔬菜、◎雞蛋	5.5	2.3	2.1	2.4	718
~~~寒假愉快!!!~~~											
2/23	一	白飯 白米-蒸	★糖醋雞丁X4 帶骨雞肉、蔬菜、鳳梨-炸	酢醬肉燥 豬絞肉、豆干丁、蔬菜、菇-煮	有機青菜	海苔味噌湯 海帶芽、菇、味噌、◎柴魚	5.4	2.3	2	2.5	713
24	二	芝麻有機飯 有機白米、◎黑芝麻-蒸	泰式打拋豬 豬絞肉、蔬菜、九層塔-炒	▲★麥克雞塊X3 雞塊(雞肉製品)-炸	有機青菜	玉米濃湯 玉米、蔬菜、◎雞蛋、◎奶粉	5.7	2.5	1.9	2.5	807
25	三	白飯 白米-蒸	三杯雞 帶骨雞肉、蔬菜、菇、九層塔-煮	蘿蔔佐海帶 蘿蔔、海帶絲-煮	產履蔬菜(深綠)	酸辣清湯 豆腐、蔬菜、筍、◎雞蛋、木耳	5.6	2.4	2.1	2.4	733
26	四	照燒炒烏龍 烏龍麵、高麗菜、洋葱、乾蘿蔔、玉米、豬肉、◎柴魚-炒	BBQ豬排X1 豬排-燒	番茄炒蛋 ◎雞蛋、番茄、豆腐-炒	有機青菜	結頭嫩雞湯 結頭菜、雞骨、枸杞	5.7	2.5	2	2.5	809
228連假~~~											
<p>＜節氣吃什麼-小寒＞ 小寒屬於農曆12月的節氣，12月古稱「臘月」，十二月初八有吃臘八(八寶粥)的習俗，飲食建議以「溫補」為主，多吃性溫、味甘的食物以補腎固氣，如：黑棗類(杏仁、核桃)、黑色食物(黑豆、黑芝麻、黑木耳、乾藻)，避免過量食用燥熱或生冷食物，以免上火影響體質。</p> <p>本店使用 臺灣豬</p>											
主菜種類(次/月)		主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材分析(次/月)		其他分析(次/月)					
豆類及其製品		魚類及海鮮		生鮮食材		▲加工食品					
1次		1次		20次		◎魚肉類		其他		★油炸	
豬肉		雞肉		調理食品		0次		4次		5次	
7次		11次		0次						3次	