



歡迎掃描QR-Code
填寫午餐問卷

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 | 副菜 | 青菜 | 湯品 | 備註 | 全穀雜糧 | 豆魚肉 | 蛋 | 油 | 糖 | 熱量 |
|----|----|----------------------------|------------------------|------------------------|-----------------------|----------------------------|----|------|-----|-----|-----|-----|----|
| 2 | 一 | 櫻花蝦香菇油飯 白米+糯米+豬肉+香菇+櫻花蝦 | 麻油雞排 雞排(X1)+麻油-滷 | 蒜香肉片 結頭菜+豬肉-煮 | 炒高麗菜 高麗菜+木耳-炒 | 產銷履歷 南瓜湯 南瓜+馬鈴薯+雞蛋 | | 5.4 | 2.3 | 2.1 | 2.3 | 707 | |
| 3 | 二 | 薏仁飯 白米+洋薏仁 | 紅燒滷肉 豬肉+筍-滷 | 番茄炒蛋 雞蛋+洋蔥+番茄-炒 | 毛豆蘿蔔 蘿蔔+菇+毛豆-煮 | 有機蔬菜 鹹湯圓 湯圓+青菜 | | 5.3 | 2.5 | 2.3 | 2.3 | 720 | |
| 4 | 三 | 紫米飯 白米+紫米 | 韓式泡菜雞 雞肉+大白菜+泡菜-煮 | 黃芽炒肉 黃豆芽+豬肉+海帶芽-炒 | 蜜汁豆干 豆干+芝麻-滷 | 產銷履歷 鮮菇時瓜湯 時瓜+菇+雞骨 | | 5.1 | 2.4 | 2.3 | 2.4 | 703 | |
| 5 | 四 | 小米飯 白米+小米 | 青醬燉肉 豬肉+馬鈴薯+青醬+白醬-煮 | 玉米雞 玉米+雞肉-炒 | 雙色花椰菜 花椰菜+時蔬-煮 | 產銷履歷 番茄蔬菜湯 時蔬+番茄 | | 5.4 | 2.3 | 2.1 | 2.3 | 707 | |
| 6 | 五 | 白飯 白米 | 清蒸魚排 魚排(X1)-蒸 | 豆干炒肉 豆干+豬肉-炒 | 芝麻海根 海根+時蔬+芝麻-炒 | 產銷履歷 山藥薏仁湯 山藥+洋薏仁+湯排 | | 5.2 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | 717 | |
| 9 | 一 | 燕麥飯 白米+燕麥 | 京醬豬排 豬排(X1)-燒 | 鮑菇蔥油雞 鮑菇+雞肉+小黃瓜-煮 | 炒豆芽菜 豆芽菜+紅蘿蔔-炒 | 產銷履歷 蘿蔔排骨湯 蘿蔔+湯排 | | 5.1 | 2.4 | 2.3 | 2.4 | 703 | |
| 10 | 二 | 【蔬食日】白飯 白米 | 莎莎醬豆包 豆包+洋蔥+番茄-煮 | 肉燥蒸蛋 雞蛋+豬肉-蒸 | 柴魚時瓜 時瓜+紅蘿蔔+柴魚-煮 | 有機蔬菜 味噌湯 洋蔥+海帶芽+味噌 | 水果 | 5.2 | 2.5 | 2.0 | 2.3 | 705 | |
| 11 | 三 | 糙米飯 白米+糙米 | 照燒豬 豬肉+時蔬-煮 | 紅蘿蔔炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔+毛豆-炒 | 蒜味海茸 海茸-煮 | 產銷履歷 大滷清湯 時蔬+木耳+紅蘿蔔 | | 5.1 | 2.5 | 2.3 | 2.4 | 710 | |
| 12 | 四 | 肉醬筆管麵 筆管麵+時蔬+豬肉+番茄 | 鹹酥雞 雞肉-炸 | 烤地瓜薯條 地瓜切條-烤 | 白菜滷 大白菜+紅蘿蔔-煮 | 產銷履歷 冬瓜薑湯 冬瓜+薑 | | 5.1 | 2.4 | 2.3 | 2.4 | 703 | |
| 13 | 五 | 蕎麥飯 白米+蕎麥 | 南瓜燉肉 豬肉+南瓜-煮 | 高麗菜炒雞 高麗菜+雞肉+九層塔-炒 | 紅燒結頭菜 結頭菜+香菇-燒 | 產銷履歷 番茄蛋花湯 雞蛋+番茄 | | 5.2 | 2.4 | 2.2 | 2.4 | 707 | |
| 16 | 一 | 雞肉飯 白米+雞肉 | 沙茶雞翅 雞翅(X1)+沙茶-滷 | 柴魚油豆腐 油豆腐+柴魚+菇-煮 | 茄汁冬粉 冬粉+時蔬+豬肉+番茄-炒 | 產銷履歷 針菇海芽湯 金針菇+海帶芽 | 豆奶 | 5.3 | 2.5 | 2.3 | 2.4 | 724 | |
| 17 | 二 | 麥片飯 白米+麥片 | 紅燒豬排 豬排(X1)-燒 | 木須炒蛋 雞蛋+時蔬+木耳-炒 | 彩椒高麗菜 高麗菜+彩椒-煮 | 有機蔬菜 玉米湯 玉米+馬鈴薯 | | 5.2 | 2.4 | 2.3 | 2.4 | 710 | |
| 18 | 三 | 白飯 白米 | 椰奶燉雞 雞肉+地瓜+椰奶-煮 | 時蔬檸香肉片 豆芽菜+豬肉+檸檬汁-炒 | 芝麻菜豆 菜豆+紅蘿蔔+芝麻-炒 | 產銷履歷 麵線羹 麵線+金針菇 | | 5.3 | 2.4 | 2.2 | 2.3 | 710 | |
| 19 | 四 | 五穀飯 白米+五穀米 | 糖醋魚 魚肉+時蔬+番茄-燒 | 肉醬豆腐 豆腐+豬肉-煮 | 香菇白菜 大白菜+香菇-煮 | 標準蔬菜 南瓜雞湯 南瓜+雞骨 | | 5.2 | 2.5 | 2.1 | 2.4 | 712 | |
| 20 | 五 | 薏仁飯 白米+洋薏仁 | 蘑菇雞 雞肉+洋蔥+菇-煮 | 麻醬小瓜拌肉 小黃瓜+豬肉+麻醬-炒 | 清燉蘿蔔 蘿蔔+玉米-煮 | 產銷履歷 酸辣湯 豆腐+時蔬+木耳 | | 5.3 | 2.3 | 2.3 | 2.3 | 705 | |
| 23 | 一 | 紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥 | 蔥爆肉柳 豬肉+洋蔥-炒 | 針菇凍腐 凍豆腐+金針菇-煮 | 枸杞冬瓜 冬瓜+枸杞-煮 | 產銷履歷 竹筍雞湯 筍+雞骨 | | 5.1 | 2.5 | 2.3 | 2.4 | 710 | |
| 24 | 二 | 豬肉炒烏龍 烏龍麵+時蔬+豬肉 | 蜂蜜檸檬雞排 雞排(X1)-烤 | 海苔薯塊 馬鈴薯切塊+海苔粉-烤 | 炒花椰菜 花椰菜+彩椒-炒 | 有機蔬菜 海芽蛋花湯 雞蛋+海帶芽 | 水果 | 5.3 | 2.4 | 2.1 | 2.3 | 707 | |
| 25 | 三 | 胚芽飯 白米+胚芽米 | 綠咖哩豬 豬肉+地瓜+綠咖哩+椰奶-煮 | 芹菜豆干片 豆干+紅蘿蔔+紅椒-炒 | 清炒玉米 玉米+小黃瓜-炒 | 產銷履歷 泡菜鮮蔬湯 金針菇+泡菜 | | 5.4 | 2.4 | 2.2 | 2.4 | 721 | |
| 26 | 四 | 白飯 白米 | 三杯魚 魚肉+鮑菇-煮 | 塘心風味滷蛋 去殼雞蛋(X1)+筍-滷 | 木耳高麗 高麗菜+木耳-炒 | 產銷履歷 味噌豆腐湯 豆腐+海帶芽+味噌 | | 5.1 | 2.5 | 2.3 | 2.3 | 706 | |
| 27 | 五 | 燕麥飯 白米+燕麥 | 橙汁排骨 豬肉+時蔬-炒 | 菜脯蛋 雞蛋+菜脯-炒 | 滷海帶結 海帶結+紅蘿蔔-滷 | 產銷履歷 米粉湯 米粉+時蔬+香菇 | | 5.2 | 2.5 | 2.1 | 2.5 | 717 | |
| 30 | 一 | 白飯 白米 | 新疆大盤雞 雞肉+馬鈴薯+孜然-煮 | 洋蔥炒蛋 雞蛋+洋蔥-炒 | 鮮菇炒筍 筍+菇+毛豆-炒 | 產銷履歷 玉米排骨湯 玉米+湯排 | | 5.3 | 2.4 | 2.2 | 2.5 | 719 | |
| 31 | 二 | 紫米飯 白米+紫米 | 壽喜燒魚 魚肉+金針菇+柴魚-燒 | 豆干滷味 黑豆干+蘿蔔-滷 | 打拋粉絲 冬粉+時蔬+番茄-炒 | 有機蔬菜 肉骨茶湯 時蔬+紅棗 | | 5.3 | 2.4 | 2.3 | 2.3 | 712 | |

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆ ☆本公司未使用輻射污染食品☆

| 午膳 | | 115年3月用膳日期 | | 晚餐 | |
|-------|--------------------|--------------------|-------------|---------------|--------------------|
| 1-2年級 | 3/3,10,17,24,31 | 3/3,10,17,24,31 | 5:55-275 元 | 3-4年級 | 3/3,10,17,24,31 |
| 3-4年級 | 3/23,3,10,17,24,31 | 3/23,3,10,17,24,31 | 14:55-770 元 | 5-6年級 | 3/23,3,10,17,24,31 |
| 5-6年級 | 3/23,3,10,17,24,31 | 3/23,3,10,17,24,31 | 18:55-990 元 | | |
| 日期 | 星期 | 久膳 | 金額 | 日期 | 星期 |
| 3月份 | | 二、四、六年級 | 一、三、五年級 | 餐費、雜費等40至50人份 | 金額 |



☆全面使用
非基改豆製品☆