

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	備註	全穀 雜糧	豆魚 肉類	蔬 菜類	油 脂類	熱 量
1	三	五穀飯 白米+五穀米	鐵板肉柳 豬肉+豆芽菜+黑胡椒-炒	黃金泡菜雞 大白菜+雞肉+泡菜-煮	爆炒豆干 豆干+玉米+毛豆-炒	產銷 履歷	香菇鮮筍湯 筍+菇		5.2	2.6	2.3	720
2	四	白飯 白米	三杯魚 魚肉+鮑菇-煮	燒烤玉米段X1 玉米段(X1)+香菇-燒	芝香菜豆 菜豆+紅蘿蔔+芝麻-炒	產銷 履歷	洋蔥味噌湯 洋蔥+海帶芽+味噌		5.2	2.4	2.1	705
3	五	客家小炒炒飯 白米+豆干+豬肉+芹菜	嫩汁豬排 豬排(X1)-滷	海帶芽炒蛋 雞蛋+洋蔥+海帶芽-炒	奶香白菜 大白菜+紅蘿蔔+白醬-煮	產銷 履歷	針菇雞湯 金針菇+雞骨+柴魚		5.2	2.4	2.1	700
6	一	中秋節放假，不供餐										
7	二	[蔬食日]薏仁飯 白米+洋薏仁	紅燒豆腸 豆腸+時蔬-燒	肉燥炒蛋 雞蛋+紅蘿蔔+豬肉-炒	炒高麗菜 高麗菜+彩椒-炒	有機 蔬菜	玉米湯 玉米+紅蘿蔔	水果	5.2	2.5	2.2	719
8	三	白飯 白米	蜜汁雞排 雞排(X1)-烤	豆干滷味 豆干+海帶結+紅蘿蔔-滷	鮮菇冬瓜 冬瓜+菇+枸杞-煮	產銷 履歷	番茄蛋花湯 雞蛋+番茄		5.2	2.4	2.3	714
9	四	胚芽飯 白米+胚芽米	竹筍炒肉 豬肉+筍-炒	蔥油雞 鮑菇+雞肉+小黃瓜+蔥-煮	螞蟻上樹 冬粉+時蔬+豬肉+木耳-煮	產銷 履歷	大滷清湯 大白菜+木耳		5.3	2.5	2.2	717
10	五	雙十節放假，不供餐										
13	一	烤肉拌飯 白米+時蔬+豬肉	香蔥魚塊X2 魚塊(X2)+蔥-炸	哨子豆腐 豆腐+豬肉+番茄-煮	白菜滷 大白菜+香菇-滷	產銷 履歷	肉骨茶湯 結頭菜+菇+枸杞		5.3	2.5	2.1	715
14	二	小米飯 白米+小米	照燒雞排 雞排(X1)-烤	高麗炒肉 高麗菜+豬肉-炒	鐵板豆芽 豆芽菜+紅蘿蔔+黑胡椒-炒	有機 蔬菜	關東煮湯 油豆腐+白蘿蔔+玉米		5.5	2.3	2.0	720
15	三	蕎麥飯 白米+蕎麥	壽喜肉片 豬肉+金針菇+洋蔥-燒	馬鈴薯炒蛋 雞蛋+馬鈴薯-炒	柴魚燒瓜 時瓜+菇+柴魚-燒	產銷 履歷	味噌湯 豆腐+海帶芽+味噌		5.3	2.4	2.1	712
16	四	白飯 白米	沙茶雞翅 雞翅(X1)-燒	客家小炒 豆干+豬肉+魷魚-炒	五香海結 海帶結+紅蘿蔔-滷	產銷 履歷	竹筍湯 筍+湯排	豆奶	5.1	2.5	2.1	705
17	五	糙米飯 白米+糙米	糖醋排骨 豬肉+洋蔥+彩椒-炒	洋芋咖哩雞 洋芋+雞肉+咖哩-煮	藥膳結頭菜 結頭菜+菇+枸杞-煮	產銷 履歷	青木瓜雞湯 青木瓜+紅棗+雞骨		5.3	2.4	2.1	716
20	一	白飯 白米	洋蔥雞肉燒 雞肉+洋蔥+雞蛋-煮	柴魚油豆腐 油豆腐+柴魚-煮	鮮菇蒲瓜 蒲瓜+菇-炒	產銷 履歷	玉米排骨湯 玉米+湯排		5.2	2.5	2.1	708
21	二	上海菜飯 白米+時蔬+豬肉	古早味肉排 豬排(X1)-燒	番茄炒蛋 雞蛋+洋蔥+番茄-炒	雙色花椰 花椰菜+彩椒-炒	有機 蔬菜	酸辣清湯 豆腐+筍+木耳	水果	5.1	2.4	2.3	703
22	三	五穀飯 白米+五穀米	義式檸檬雞 雞肉+鮑菇+彩椒-煮	肉燥玉米 玉米+豬肉+小黃瓜-炒	蒜味高麗 高麗菜+紅蘿蔔-炒	產銷 履歷	南瓜湯 南瓜+馬鈴薯+雞蛋		5.4	2.3	2.2	714
23	四	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	泡菜燒肉 豬肉+大白菜+泡菜-燒	寬粉燒雞 寬冬粉+雞肉+洋芋+芝麻-煮	五香豆干 豆干+菇-滷	產銷 履歷	大醬鮮蔬湯 黃豆芽+大醬+湯排		5.3	2.5	2.2	717
24	五	光復紀念日放假，不供餐										
27	一	麥片飯 白米+麥片	蠔汁魚條X2 魚條(X2)-炒	蒸蛋 雞蛋-蒸	香甜玉米 玉米+豆干+時蔬-炒	產銷 履歷	番茄蔬菜湯 時蔬+番茄		5.1	2.4	2.1	702
28	二	白飯 白米	橙汁雞丁 雞肉+洋蔥+彩椒+橙汁-炒	麻婆豆腐 豆腐+豬肉+毛豆-煮	蠔油粉絲 冬粉+時蔬+香菇-煮	有機 蔬菜	味噌蛋花湯 雞蛋+海帶芽+味噌		5.3	2.5	2.1	719
29	三	胚芽飯 白米+胚芽米	肉骨茶燉肉 豬肉+時蔬+枸杞-煮	玉米炒雞 玉米+雞肉-炒	塔香海茸 海茸+時蔬+九層塔-炒	產銷 履歷	山藥排骨湯 山藥+洋蔥仁+湯排		5.3	2.4	2.2	719
30	四	茄汁義大利麵 麵+時蔬+豬肉	香酥雞排 雞排(X1)-炸	匈牙利炒肉 黃豆芽+豬肉+匈牙利粉-炒	清炒花椰 花椰菜+紅蘿蔔-炒	產銷 履歷	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		5.2	2.4	2.2	707
31	五	小米飯 白米+小米	打拋肉片 豬肉+時蔬+番茄-炒	蒲瓜炒雞 蒲瓜+雞肉+菇-炒	鮮蔬白菜 大白菜+紅蘿蔔-煮	產銷 履歷	米粉湯 米粉+芋頭		5.2	2.4	2.3	714

☆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☆

114年10月用餐日期			
時間	10/1, 14, 21, 28	金額	4 * 55 = 220 元
1、2午餐	10/2, 9, 13, 14, 16, 20, 21, 23, 27, 28, 30		12 * 55 = 660 元
3、4午餐	10/2, 3, 7, 9, 13, 14, 16, 17, 20, 21, 23, 27, 28, 30, 31		15 * 55 = 825 元
5、6午餐			
日期	備註	金額	備註
10月份	二、四、六午餐	一、三、五午餐 特餐費、晚飯費、社團	單、晚餐各40及30人份 久慶 全慶



☆全面使用
非基改豆製品☆