



*本公司全面使用非转基因玉米及豆制品,敬請安心使用 *本菜單含有蝦、花生、奶製品、雞蛋及雞蛋製品、芝麻、葵花籽及其製品、堅果類及其製品、含麵筋(麩)蛋白之穀物、大豆及其製品、鯖魚等魚類,不適合其過敏體質者食用

**◎消費者服務專線：(02)2996-9305 傳真：(02)2276-3714

e-mail: kh9305@gmail.com◎營養師：陳亦桓(營養字第009896號)

魚類，不適含其適數種實者食用

日期		星期	主食	主菜	副菜		湯	附餐	水果	點心	總分		
1	五		香鬆飯 白米、海苔香鬆	雞腿肉捲 雞腿肉捲、烤	沙茶肉絲 豆干、豬肉絲、蔬菜、炒	紅片花椰 花椰、紅蘿蔔、煮	蘿蔔貢丸湯 白蘿蔔、小貢丸、芹菜		5.2	2.4	2.1	2.4	704.5
4	一		南瓜飯 白米、南瓜	塔香肉柳 豬肉柳、豆薯、鮑菇、九層塔、煮	洋芋歐姆蛋 洋芋、雞蛋、玉米、青豆、炒	蒜酥條豆 條豆、紅蘿蔔、蒜酥、炒	冬瓜雞湯 冬瓜、帶骨雞肉、枸杞		5.5	2.3	2	2.5	720
5	二		白飯 白米	雞米花 雞肉、炸 每人4塊	蕃茄燕餃 蕃茄、燕餃、洋蔥、鮮菇、煮 每人2個	鹹蛋鮮筍 竹筍、木耳、紅蘿蔔、鹹蛋、炒	玉米濃湯 玉米、洋蔥、雞蛋、蔬菜	水果	5.2	2.4	2	2.7	715.5
6	三		小麥飯 白米、小麥	醬滷豬肉 豬肉、蒜頭、滷	地瓜燒雞 雞肉、地瓜、白芝麻、燒	雞絲豆芽 綠豆芽、韭菜、雞絲、木耳、炒	海芽豆腐湯 豆腐、雞筍、海芽		5.3	2.3	2	2.5	706
7	四		糙米飯 白米、糙米	奶香咖哩雞 雞肉、洋芋、紅蘿蔔、煮	豬肉壽喜燒 豬肉片、洋蔥、彩椒、青蔥、燒	九層塔海茸 海龍、紅蘿蔔、九層塔、炒	白玉排骨湯 蘿蔔、豬湯排		5.3	2.3	2.2	2.3	702
8	五		肉絲炒米粉 米粉、肉絲、蝦仁、蔬菜、薑黃、魚露	杏片豬排 豬排、杏片、燒	海苔薯條 地瓜薯條、海苔粉、烤 每人6個	蝦香絲瓜 絲瓜、麵蝦皮、煮	雙菇嫩雞湯 金針菇、鮮菇、帶骨雞肉	水果	5.2	2.4	2.3	2.4	709.5
11	一		白飯 白米	雞翅 三節翅、烤	凍豆腐燒肉 凍豆腐、金針菇、青蔥、肉片、柴魚片、煮	木耳炒高麗 高麗菜、木耳、炒	肉骨茶湯 蔬菜、豆皮、豬湯排		5.2	2.5	2.1	2.4	712
12	二		鮭魚鬆 總匯炒飯 白米、玉米、蔬菜、豬絞肉、鮭魚鬆	芝香豬排 豬排、白芝麻、燒	麥克雞塊 麥克雞塊、炸 每人3個	豆皮蒲瓜 蒲瓜、木耳、豆皮、煮	小魚味噌湯 豆腐、小魚乾、味噌	水果	5.4	2.4	2.2	2.5	725.5
13	三		麥片飯 麥片、白米	燒烤醬雞肉 雞肉、秀珍菇、燒	味噌燒肉 豬肉、洋蔥、蔬菜、煮	肉絲鮮筍 竹筍、肉絲、蔬菜、炒	冬菜鴨湯 帶骨鴨肉、粉絲、冬菜		5.3	2.6	2	2.7	737.5
14	四		紅藜飯 白米、紅藜	南瓜燉肉 豬肉、南瓜、燉	焗烤白醬花椰 花椰、洋芋、玉米、紋肉、起司、焗	蔬菜關東煮 蘿蔔、海苔、鮑菇、煮	蔥花肉片湯 木耳、蔥花、豬肉、雞蛋		5.3	2.3	2.3	2.3	704.5
15	五		五穀飯 白米、五穀米	醬烤翅小腿 翅小腿、烤	豬肉餡餅 餡餅、蒸 每人2個	洋芋玉米筍 洋芋、紋肉、玉米筍、紅蘿蔔、煮	大瓜排骨湯 鮮瓜、豬湯排、蒜頭	水果	5.3	2.4	2	2.3	704.5
18	一		小米飯 白米、小米	酒糟肉條 豬肉、烤 每人4條	奶香玉米雞 雞肉、洋芋、玉米、奶粉、煮	鮑菇鮮筍 竹筍、鮑菇、蔬菜、九層塔、炒	紫菜魚丸湯 紫菜、小魚丸、蘿蔔		5.4	2.3	2.2	2.3	709
19	二		海苔香鬆飯 白米、海苔香鬆	照燒雞腿 雞腿、烤	蒸蛋 雞蛋、蔬菜、蒸	高麗菜粉絲 高麗菜、紋肉、木耳、粉絲、炒	酸辣湯 竹筍、針菇、木耳、雞蛋、豆腐	水果	5.4	2.4	2	2.6	725
20	三		雜糧飯 白米、雜糧米	香蒜肉柳 豬肉、蒜、蔬菜、炒	柚香雞肉 雞肉、玉米筍、蔬菜、燒	芹香豆芽 綠豆芽、芹菜、蔬菜、炒	羅宋湯 番茄、洋蔥、蔬菜、豬湯排		5.2	2.6	2	2.5	721.5
21	四		紫米飯 白米、紫米	蜜汁雞排 雞排、烤	蕃茄炒蛋 番茄、雞蛋、豆腐、炒	木耳蒲瓜 蒲瓜、木耳、肉絲、煮	洋芋排骨湯 洋芋、豬湯排		5.2	2.5	2.3	2.5	721.5
22	五		焗烤青醬 義大利麵、洋蔥、紋肉、鮑菇、蔬菜	燒豬肋排 肋排、燒	雞肉洋蔥圈 雞肉、洋蔥圈、炸 每人3個	清炒花椰 鹹豬肉、木耳、花椰菜、炒	香蔥蛋花湯 雞蛋、玉米、蔥花	水果	5.3	2.4	2.1	2.3	707
25	一		芝麻飯 白米、芝麻	烤翅小腿 翅小腿、烤 每人2隻	竹筍肉蓉 竹筍、紋肉、干丁、毛豆、炒	長豆紅絲 長豆、紅蘿蔔、炒	肉絲麵線 紅麵線、木耳、肉絲、柴魚片		5.4	2.4	2.3	2.6	732.5
26	二		紅豆飯 白米、紅豆	茄汁魚排 魚排、燒	紅茶滷蛋 雞蛋、紅茶包、滷	寬粉絲瓜 絲瓜、寬粉、蔬菜、煮	鮑菇雞湯 帶骨雞肉、鮑菇、花瓜	水果	5.2	2.3	2.3	2.3	697.5
27	三		薏仁飯 白米、薏仁	檸香雞丁 雞肉、彩椒、檸檬汁、煮	香芋豬肉 芋頭、豬肉、鮑菇、煮	雙色花椰 花椰菜、紅蘿蔔、煮	紅燒排骨湯 蘿蔔、番茄、洋蔥、豬湯排		5.3	2.5	2	2.4	716.5
28	四		白飯 白米	洋芋燉肉 豬肉、洋芋、蔬菜、燉	照燒虎皮蛋 雞蛋、洋蔥、青豆、煮	蒜味海根 海根、紅蘿蔔、芹菜、炒	芹香蘿蔔湯 蘿蔔、豬湯排、芹菜		5.2	2.4	2.1	2.4	704.5
29	五		麻醬肉絲 乾拌麵 麵、高麗菜、豆芽菜、肉絲、紅蘿蔔	無骨雞排 無骨雞排、炸	花枝丸 花枝丸、燒 每人2個	木耳白菜 大白菜、木耳、蔬菜、煮	海芽蛋花湯 海芽、雞蛋、高麗菜	水果	5.2	2.3	2.4	2.3	700