



日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	全蛋	蛋黃	蔬菜	油類	水果	甜點	奶類	肉類
18	四	白飯	焗烤咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、起司絲-煮	酥炸雞排 雞排-炸	清炒甘藍 高麗菜、彩椒、豆包絲-炒	青菜	味噌豆腐湯 豆腐、海帶芽、味噌、柴魚片	保久乳	6.2	2.7	2.2	3	0	827	250 775
19	五	五穀飯	香酥雞X4 雞肉-炸	菜脯炒蛋 洋蔥、雞蛋、菜脯-炒	塔香海茸 海茸、九層塔-炒	青菜	~甜~綠豆湯 綠豆、薏仁	水果	6.1	2.6	2.2	3.1	1	877	265 760
20	六	肉絲蛋炒飯	糖醋豬排 豬排-燒	丁香炒雞 雞肉、洋蔥、花生、小魚乾-炒	鮮炒結頭菜 結頭菜、杏鮑菇、木耳、蔥-炒	青菜	冬瓜雞湯 冬瓜、雞骨、薑絲	水果	6.2	2.6	2.1	3	1	877	265 765
22	一	麥片飯	南瓜奶醬燉肉 豬肉、馬鈴薯、南瓜-燉	花枝捲X2 花枝捲-炸	清甜黃瓜 大黃瓜、紅蘿蔔、魚板-炒	青菜	玉米濃湯 玉米、紅蘿蔔、雞蛋、奶粉	水果	6.1	2.6	2.1	2.9	1	865	250 765
23	二	白飯	香酥魚排 魚肉-炸	金瓜炒蛋 南瓜、馬鈴薯、雞蛋、毛豆-炒	韭香銀芽 豆芽菜、鮮蔬、豆包絲-炒	有機蔬菜	清燉蘿蔔湯 蘿蔔、雞肉、芹菜	檸檬雞柳X2	6.3	2.7	2.1	2.8	0	822	265 775
24	三	<DIY味噌拉麵> Q彈香拉麵 + 洋釀醬拌雞 + 嫩汁豬排 + 菇菇花椰 + 青菜 + 海芽味噌湯						水果	6.2	2.6	2.2	3	1	879	275 780
25	四	白飯	打拋豬 豬肉、番茄-煮	棒棒腿X2 翅小腿-烤	蝦香津白 大白菜、木耳、蝦皮-炒	有機蔬菜	時蔬嫩雞湯 鮮蔬、菇、雞肉	蜂蜜蛋糕	6.1	2.6	2.1	2.8	0	801	250 765
26	五	古早味花生油飯	無骨雞腿排 雞排-燒	豆腐煨肉末 豬絞肉、板豆腐、洋蔥、蔥-煮	小瓜玉筍 小黃瓜、玉米筍-炒	青菜	~甜~元宵湯圓 紅白湯圓、紅豆	水果	6.3	2.7	2.2	2.9	1	889	270 775
1	一	228和平紀念日，放假一天													
2	二	芝麻飯	椰香咖哩豬 豬肉、馬鈴薯、椰奶-煮	田園玉米肉末 玉米、絞肉、毛豆-炒	日式筑前煮 蘿蔔、海帶結、黃金魚蛋、柴魚片-煮	有機蔬菜	豆腐味噌湯 小油丁、海帶芽、柴魚片、味噌	燒賣X2	6.4	2.7	2.1	2.7	0	825	260 765
3	三	白飯	無錫排骨 豬肉、紅蘿蔔-煮	洋蔥炒蛋 洋蔥、雞蛋-炒	什錦粉絲 白菜、冬菇、絞肉-煮	青菜	山藥燉雞湯 山藥、雞肉	水果	6.5	2.5	2	2.6	1	870	245 770
4	四	燕麥飯	白醬草菇雞 雞肉、鮮蔬、蘑菇、奶粉-燉	酥炸魚丁X3 魚丁-炸	木耳高麗 高麗菜、木耳-炒	有機蔬菜	肉骨茶湯 金針菇、菇、豬肉、肉骨茶包	巧蛋包	6.5	2.5	2.2	2.6	0	815	250 780
5	五	輕節香鬆飯 【附歡樂分享盒】	排骨酥X4 豬肉-炸	家常豆腐 板豆腐、絞肉-煮	紅絲花椰 花椰菜、紅蘿蔔-炒	青菜	~甜~薏仁牛奶湯 薏仁、花生、奶粉	水果	6.5	2.4	2.1	3	1	883	260 770
8	一	地瓜飯	三杯雞 雞肉、九層塔-炒	豬肉小炒 豆干、豬肉、豆薯-炒	脆炒筍片 筍、香菇、鮮蔬-炒	青菜	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋、紅蘿蔔	水果	6.4	2.6	2.1	2.8	1	882	270 765
9	二	<懷舊料理特餐> 肉燥乾拌麵 + 椒鹽豬排 + 滷蛋 + 木耳高麗 + 有機蔬菜 + 芹香魚丸湯						煎餃X2	6.3	2.5	2.1	2.7	0	803	260 765
10	三	糙米飯	腰果雞肉 雞肉、紅蘿蔔、腰果-炒	冬瓜燜肉 冬瓜、豬肉-煮	什錦薯絲 豆薯、鮮蔬-炒	青菜	結頭排骨湯 結頭菜、豬肉	水果	6.4	2.5	2.1	2.8	1	874	265 775
11	四	白飯	筍香爌肉 豬肉、紅蘿蔔、筍、福菜-滷	蔥燒魚排 魚排-蒸	燴煮大瓜 大黃瓜、木耳-炒	有機蔬菜	小魚味噌湯 海帶芽、小魚乾、柴魚片、味噌	蘿蔔糕	6.4	2.6	2	2.8	0	819	265 775
12	五	黃金肉蓉蛋炒飯	卡拉雞腿排 卡拉雞腿排-炸	滷味拼盤 蘿蔔、四分干、海帶結-滷	白菜滷 大白菜、香菇、蝦皮、膨皮-煮	青菜	~甜~紅豆湯 紅豆	水果	6.6	2.7	2.1	2.5	1	890	275 770
15	一	白飯	蒜泥白肉 豬肉-炒	干丁肉燥 豆干、絞肉、鮮蔬、香菇-煮	鐵板豆芽 豆芽菜、鮮蔬-炒	青菜	巧達濃湯 馬鈴薯、紅蘿蔔、蘑菇、雞蛋	水果	6.5	2.6	2	2.7	1	882	270 770
16	二	麥片飯	南瓜奶醬燉雞 雞肉、南瓜奶粉-燉	香烤魚丁X3 魚肉-烤	蝦香甘藍 高麗菜、蝦皮-炒	有機蔬菜	味噌湯 板豆腐、海帶芽、柴魚片、味噌	烤地瓜	6.5	2.7	2.1	2.9	0	841	260 775
17	三	白飯	鳳梨咕咾肉 豬肉、鳳梨、洋蔥-燒	田園雞肉 杏鮑菇、雞肉、鮮蔬-炒	時瓜雲耳 青木瓜、木耳-炒	青菜	竹筍湯 竹筍、雞肉	水果	6.3	2.6	2.1	2.7	1	870	255 750
18	四	胚芽飯	日式咖哩雞 雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥-煮	蒸蛋 雞蛋-蒸	豆包黃瓜 小黃瓜、豆包絲-炒	有機蔬菜	番茄蛋花湯 番茄、雞蛋	玉米布丁酥X2	6.4	2.5	2.2	2.9	0	821	260 775
19	五	<義式料理特餐> 焗烤白醬義大利麵 + 酸甜醬豬排 + 雞肉圍X2 + 香炒花椰 + 青菜+綠豆薏仁湯						水果	6.3	2.6	2.2	2.8	1	877	265 765
22	一	紫米飯	台式鹹酥雞 雞肉、九層塔-炸	五香滷蛋 雞蛋、豆干、香菇-滷	海帶三絲 海帶、豆干絲、鮮蔬-炒	青菜	高山金針湯 金針花、蘿蔔、湯排	水果	6.4	2.7	2.1	3	1	898	265 760
23	二	白飯	瓜仔肉 絞肉、菇、花瓜-煮	香烤嫩雞翅X1 雞翅-烤	佛跳牆 白菜、芋頭、鮮蔬-煮	有機蔬菜	味噌蛋花湯 雞蛋、味噌、柴魚片	海苔薯餅X3	6.3	2.5	2.2	2.8	0	810	255 775
24	三	<韓式料理特餐> 烤肉拌飯 + 炙燒雞排 + 韓式部隊鍋 + 燴炒薯絲 + 青菜 + 昆布大骨湯						水果	6.5	2.5	2.1	2.9	1	886	270 770
25	四	白飯	沙茶炒肉片 豬肉、洋蔥、彩椒-炒	芝香豆干 黑豆干、白芝麻-滷	銀蘿燒菇菇 蘿蔔、金針菇、柴魚片-煮	有機蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑	蔥燒肉包	6.3	2.7	2.2	2.7	0	820	275 765
26	五	蕎麥飯	蠔香魚排 魚排-燒	洋芋燉肉 馬鈴薯、豬肉-煮	鮑菇蒲瓜 蒲瓜、杏鮑菇-炒	青菜	~甜~花生牛奶湯 花生、薏仁、奶粉	水果	6.4	2.6	2.1	2.7	1	877	260 770
29	一	白飯	蘑菇醬爆豬 豬肉、蘑菇-炒	香酥魚條X2 魚條-炸	柴香津白 大白菜、紅蘿蔔、柴魚片-炒	青菜	紫菜蛋花湯 雞蛋、海帶芽	水果	6.3	2.7	2.1	2.8	1	882	255 775
30	二	五穀飯	親子丼 雞肉、雞蛋-煮	粉紅味噌關東煮 白蘿蔔、油豆腐、米血糕、黑輪-煮	脆炒高麗 高麗菜、蝦皮-炒	有機蔬菜	排骨蔬菜湯 結頭菜、豬肉	油蛋	6.3	2.6	2.2	2.6	0	808	275 760
31	三	日式炒烏龍	蜜汁豬排 豬排-燒	三色雞肉 玉米、雞肉、鮮蔬-炒	鮮炒花椰 花椰菜、紅蘿蔔-炒	青菜	洋芋雞湯 馬鈴薯、紅蘿蔔、雞骨	水果	6.4	2.5	2.1	2.7	1	870	265 760

一本菜單內含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用~!

敬啟者：1. 甲級麵 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含飽胃之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硝酸鹽等製品及其相關製品