



日期	星期	早點	午餐					午點	主食類	豆肉魚蛋	蔬菜	水果	奶類	油脂	熱量 (Kcal)
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品		(份)	(份)	(份)	(份)	(份)		
9月1日	一	◎鍋貼*3+麥茶	小米飯	沙茶干丁 黑干丁,米血,紅蘿蔔,素沙茶	◆香菇蒸蛋 香菇,蛋	應青	紅棗青瓜湯 紅棗,青木瓜	水果拼盤 水果2種	4.8	2.5	1.1	1	0	2	701
9月2日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	洋芋燉肉 豬柳,馬鈴薯	△鮮瓜燴魚羹 鮮瓜,魚羹條,紅蘿蔔	應青	◆青菜蛋花湯 小白菜,蛋	綠豆薏仁湯 綠豆,小薏仁	5.5	1.8	1.3	1	0	2	703
9月3日	三	肉燥湯冬粉 冬粉,絞肉,高麗菜,紅蘿蔔	◆肉絲炒飯+滷雙寶+應青+蘿蔔大骨湯 肉絲,三丁,洋蔥,紅蘿蔔,蛋+豆干,海帶片,滷包+青菜+白蘿蔔,大骨					水果拼盤 水果2種	5	2.3	1.5	1	0	2	710
9月4日	四	◆雞絲麵 雞絲麵,蛋,金針菇,肉絲	紫米飯	冬瓜燒肉 肉片,冬瓜	腐皮高麗菜 角螺,高麗菜,紅蘿蔔	應青	榨菜肉絲湯 榨菜絲,冬粉,肉絲	水果拼盤 水果2種	5	2	1.7	1	0	2	693
9月5日	五	水果拼盤 水果2種	客家炒飯條+翅小腿+應青+味噌豆腐湯 飯條,油片絲,生木耳,紅蘿蔔,高麗菜+調理翅小腿*2+青菜+豆腐,柴魚片,味噌					◎起司條麵包+鮮乳	4.5	2.3	0.9	1	0.8	2	756
9月8日	一	◆慶生蛋糕	芝麻飯	回鍋干片 豆干,高麗菜,紅蘿蔔	◆蕃茄炒蛋 蛋,蕃茄	應青	大滷湯 豆腐,筍絲,木耳,紅蘿蔔	水果拼盤 水果2種	5	2.3	1.4	1	0.3	2.2	753
9月9日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	金瓜燒雞 清肉片(雞),南瓜	花菜什錦 青花菜,紅蘿蔔,玉米筍	應青	◆紫菜蛋花湯 紫菜,蛋	◎小饅頭*2+鮮乳	5	1.5	1.2	1	0.8	2	739
9月10日	三	台式鹹粥 絞肉,高麗菜,碎脯,紅蘿蔔	◎台式炒麵+酥炸豬排+炒青菜+羅宋湯 黃油麵,肉絲,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+生鮮豬排+應青+蕃茄,高麗菜,洋蔥,大骨					水果拼盤 水果2種	5	2.2	1.6	1	0	2	705
9月11日	四	◎小籠包*3	地瓜飯	肉末燒豆腐 豆腐,絞肉,木耳	◆蛋香鮮瓜 鮮瓜,蛋,金針菇	應青	玉米鮮湯 玉米段,大骨	水果拼盤 水果2種	4.6	2.7	1.2	1	0	2	705
9月12日	五	水果拼盤 水果2種	高麗菜炊飯+三角油腐+炒青菜+海芽金菇湯 香菇,紅蘿蔔,高麗菜,肉絲+三角油腐+應青+海帶芽,金針菇,大骨					◎牛角麵包+鮮乳	5	2	1	1	0.8	2	771
9月15日	一	◎肉燥拌麵 白扁麵,絞肉,豆芽菜	海苔飯	香滷豆腐 手工四角豆腐	◆紅娘炒蛋 蛋,紅蘿蔔	應青	枸杞冬瓜湯 冬瓜,枸杞	水果拼盤 水果2種	5.5	2.5	1.4	1	0	2	758
9月16日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	醬燒雞丁 雞丁,米血,紅蘿蔔	△開陽鮮瓜 鮮瓜,木耳,蝦米	應青	◆蕃茄蛋花湯 蕃茄,蛋	仙草米苔目 仙草,米苔目	5	1.4	1.3	1	0	2	638
9月17日	三	珍珠丸子*3	◎炸醬拌麵+滷蛋+炒青菜+青菜豆腐湯 白油麵,絞肉,干丁,三丁,甜麵醬,豆瓣醬+滷蛋+應青+小白菜,豆腐,大骨					水果拼盤 水果2種	4.2	3	0.9	1	0	2	692
9月18日	四	貢丸湯 貢丸*2,白蘿蔔	薏仁飯	金牌肉燥 絞肉,碎干丁,洋蔥	冬瓜鮑菇 冬瓜,鮑菇,紅蘿蔔	應青	南瓜濃湯 南瓜,洋蔥,奶水	水果拼盤 水果2種	4.2	2.5	1.8	1	0	2	677
9月19日	五	水果拼盤 水果2種	◆玉米蛋炒飯+無骨雞排+炒青菜+蔬菜菇湯 洋蔥,玉米粒,蛋,青蔥+無骨雞排+應青+高麗菜,金針菇,木耳,大骨					◎奶黃餐包+鮮乳	5	1.9	1	1	0.8	2	764
9月22日	一	水煎包 水煎包	小米飯	紅燒豆腐 豆腐,紅蘿蔔,洋蔥	◆洋蔥炒蛋 蛋,洋蔥	應青	山藥豆皮湯 山藥,角螺	水果拼盤 水果2種	4.8	1.7	1.4	1	0	2	649
9月23日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	白玉燒雞 清肉片(雞),白蘿蔔,紅蘿蔔	鮮蔬粉絲 冬粉,高麗菜,絞肉,木耳	應青	◆玉米蛋花湯 玉米粒,蛋	◎銀絲捲+鮮乳	5	1.7	1.2	1	0.8	2	754
9月24日	三	廣東粥 絞肉,蛋,高麗菜,玉米粒	◎日式炒烏龍+蒲燒鯛魚+應青+味噌海芽湯 烏龍麵,紅蘿蔔,香菇,小白菜+蒲燒鯛魚+應青+味噌,海帶芽,洋蔥					水果拼盤 水果2種	5	1.8	1.4	1	0	2	670
9月25日	四	◎乾拌水餃*5	紫米飯	蔥爆肉末 絞肉,洋蔥,蕃茄	炒雙花 青花菜,白花菜,木耳	應青	△冬瓜魚羹湯 冬瓜,魚羹條	水果拼盤 水果2種	5	2.4	1.8	1	0	2	725
9月26日	五	水果拼盤 水果2種	沙茶豬肉燴飯+滷黑干+炒青菜+黃瓜鮮菇湯 肉片,洋蔥,紅蘿蔔,木耳,沙茶醬+黑干丁+應青+大黃瓜,香菇,大骨					◎紅豆餐包+鮮乳	5	2	1.2	1	0.8	2	776
9月29日	一	教師節補假													0
9月30日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	玉米肉末 玉米粒,絞肉,香菇	和風豆包 豆包,黃豆芽,紅蘿蔔	應青	紅燒蘿蔔湯 白蘿蔔,蕃茄,鮑菇,大骨	紅豆紫米粥 紅豆,紫米	5.5	2.2	1.3	1	0	2	733

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉皆使用具CAS證明之產品 ※本產品含有過敏原(△海鮮類/◆蛋品類/◎麩質類/⊕花生) · 不適合對其過敏體質者食用