

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯品	全蛋類 數量(份)	豆魚類 數量(份)	蔬菜類 數量(份)	海味類 數量(份)	其他類 數量(份)	熱量(大卡)	備註
9/1	一	香Q白飯	紅燒肉 豬肉、洋芋/燒	彩繪玉米 玉米粒、絞肉、毛豆/煮	白菜貢丸片 大白菜、貢丸、紅蘿蔔/煮	產銷履歷蔬菜	蔬菜湯 高麗菜、番茄、金針菇	7	3	2	3		827	V
9/2	二	黃金小米飯	蠔油燒雞 雞肉、油豆腐/燒	螞蟻上樹 冬菇、絞肉、高麗菜、紅蘿蔔、木耳/煮	鮮菇小黃瓜 小黃瓜、鮮菇、紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	鮮筍湯 竹筍、肉絲	6	3	2	3		803	V
9/3	蔬食	香Q白飯	三杯豆腸 豆腸、杏鮑菇、肉片、九層塔/炒	瓜仔肉 絞肉、冬瓜、絞瓜/煮	番茄炒蛋 雞蛋、番茄/炒	季節蔬菜	紅豆紫米湯 紅豆、紫米	7	3	2	3		863	V
9/4	四	糙米飯	義式烤腿排 腿排/烤	咖哩洋芋 洋芋、絞肉/煮	佛手瓜炒肉絲 佛手瓜、肉絲/炒	有機蔬菜	風味海芽湯 海帶芽、肉絲、味噌	6	3	2	3		803	V
9/5	五	奶香義大利麵	海鮮排 海鮮排/炸	綜合滷味 海帶結、百頁豆腐、杏鮑菇/滷	芝麻四季豆 四季豆、肉絲、芝麻/炒	有機蔬菜	玉米蛋花湯 玉米粒、雞蛋	6	3	2	3		878	V
9/8	一	紅藜米飯	泰式紅咖哩雞 雞肉、洋芋/煮	醬燒油豆腐 油豆腐、香菇/燒	鮮筍炒肉絲 竹筍、肉絲/炒	產銷履歷蔬菜	番茄蔬菜湯 豆筍、肉絲、番茄	7	3	2	3		827	V
9/9	二	香Q白飯	筍香扣肉 豬肉、筍乾/燒	泡菜年糕 泡菜、年糕/炒	塔香海茸 海茸、九層塔/煮	有機蔬菜	肉骨茶湯 豆豉、肉片	6	3	2	3		803	V
9/10	蔬食	滷肉飯	桂竹筍炒肉絲 桂竹筍、肉絲/炒	港式蘿蔔糕炒蛋 蘿蔔糕、雞蛋/炒	番茄燒豆腐 豆腐、絞肉、番茄/燒	季節蔬菜	摩摩喳喳 地瓜、芋頭、西谷米、珍珠	7	3	2	3		863	V
9/11	四	香Q白飯	懷舊豬排 豬排/燒	時蔬滷味 高麗菜、玉米粒、杏鮑菇、紅蘿蔔/滷	洋蔥炒蛋 雞蛋、洋蔥/炒	有機蔬菜	黃瓜湯 黃瓜、肉絲	6	3	2	3		803	V
9/12	五	紫米飯	五香滷雞翅 雞翅/魯	芹香豆干片 豆干片、芹菜、紅蘿蔔/炒	鮮炒佛手瓜 佛手瓜、鴻喜菇/炒	有機蔬菜	客家米粉湯 粗米粉、絞肉、香菇	6	3	2	3		878	V
9/15	一	香Q白飯	泡菜豬肉 豬肉、泡菜/炒	醃醬干丁 豆干丁、絞肉、毛豆/滷	雞絲銀芽 豆芽、雞肉、韭菜/炒	產銷履歷蔬菜	金針菇紫菜湯 紫菜、金針菇	7	3	2	3		827	V
9/16	二	胚芽飯	沙茶雞丁 雞肉、洋蔥/燒	四季豆炒肉絲 四季豆、肉絲/炒	台式炒蛋 雞蛋、碎菜脯/炒	有機蔬菜	季節蒲瓜湯 蒲瓜、肉絲	6	3	2	3		803	V
9/17	蔬食	炒米粉	茶葉蛋 雞蛋/滷	肉燥油豆腐 油豆腐、絞肉/滷	芹香甜條 甜不辣、芹菜/炒	季節蔬菜	綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁	7	3	2	3		863	V
9/18	四	薏仁飯	蜜燒雞腿 雞腿/燒	冬瓜肉茸 冬瓜、絞肉/燒	塔香海茸 海茸、九層塔/炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、味噌	6	3	2	3		803	V
9/19	五	黃金小米飯	茄燒魚丁 鮭魚、洋蔥/燒	咖哩肉醬 洋芋、絞肉/煮	銀芽炒干絲 豆芽、黃干絲、紅蘿蔔/炒	有機蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜、肉片	6	3	2	3		878	V
9/22	一	麥片飯	沙茶豬柳 豬肉、洋蔥/燒	泰式打拋肉 絞肉、碎干丁、四季豆、番茄、九層塔/煮	時蔬粉絲 冬菇、高麗菜、紅蘿蔔、木耳/煮	產銷履歷蔬菜	玉米濃湯 玉米粒、雞蛋、紅蘿蔔	7	3	2	3		827	V
9/23	二	糙米飯	照燒雞 雞肉、洋蔥/燒	綜合滷味 百頁、素肚、酸菜/滷	開陽蒲瓜 蒲瓜、肉絲、蝦皮/炒	有機蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽、雞蛋	6	3	2	3		803	V
9/24	蔬食	香Q白飯	四喜豆包 豆包、玉米粒、甜椒/燒	香Q滷蛋 雞蛋/滷	鮮菇花椰 花椰、肉絲、香菇/煮	季節蔬菜	冬瓜山粉圓 冬瓜塊、山粉圓	7	3	2	3	豆奶	863	V
9/25	四	五穀飯	蒜味豬排 豬排/燒	鮮菇燒豆腐 豆腐、香菇/燒	絲瓜麵線 絲瓜、小把麵線/煮	有機蔬菜	香菇雞湯 雞肉、豆豉、香菇	6	3	2	3		803	V
9/26	五	蘑菇肉醬麵	台式炸雞 雞肉/炸	玉米炒蛋 雞蛋、玉米粒/炒	豆皮白菜 大白菜、豆皮、紅蘿蔔/煮	有機蔬菜	佛手瓜肉絲湯 佛手瓜、肉絲	6	3	2	3		878	V
9/29	一	教師節快樂!!(補休)												
9/30	二	香Q白飯	奶香雞肉 雞肉、洋芋/煮	醬煮黑輪 黑輪、洋蔥/燒	鐵板豆芽 豆芽、肉絲、紅蘿蔔、木耳/炒	有機蔬菜	番茄豆腐湯 豆腐、番茄	6	3	2	3		803	V