

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	全穀類	豆魚蛋類	蔬菜類	油脂類	熱量
1/1	四	元旦休假，本日不供餐										0
1/2	五	小米飯	海苔魚米花 炸:魚丁Q	麻辣滷蛋 滷:蛋Q	貢丸燒海帶 燒:海帶.油豆腐.貢丸S	有機蔬菜	活力雞湯 白蘿蔔Q.菇Q.雞丁T					
1/5	一	白飯	蒜香燒肉片 炒:肉片S.洋蔥Q.青蔥	泰式打拋醬 燒:豆干丁.絞肉S.番茄Q.九層塔	薑絲冬瓜 煮:冬瓜Q.乾香菇	履歷蔬菜	和風豆腐湯 豆腐.味噌.柴魚					
1/6	二	糙米飯	滷雞腿 滷:雞腿S	沙茶肉絲 炒:肉絲S.洋蔥Q.芝麻	白菜滷 燒:白菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q.蝦米	有機蔬菜	奶芋地瓜圓 芋頭Q.地瓜圓.奶粉					
1/7	三	肉絲炒麵	日式炸豬排 炸:豬排S	紅油抄手x2 蒸:水餃S.高麗菜Q	柴魚風味煮 煮:凍豆腐.菇Q.紅蘿蔔Q.柴魚	季節蔬菜	金針雞湯 乾金針.雞丁T			2		
1/8	四	白飯	檸檬雞翅 烤:雞翅S	薯塊炒蛋 炒:蛋Q.洋芋Q.紅蘿蔔Q	花椰炒肉片 炒:花椰菜Q.肉片S	有機蔬菜	榨菜肉絲湯 榨菜絲.菇.肉絲S.紅蘿蔔Q					
1/9	五	紫米飯	蒲燒鯛 蒸:蒲燒鯛Q.豆芽菜Q	蒜蓉玉米雞 炒:豆薯Q.玉米Q.雞肉T.毛豆Q	炸蘿蔔糕 炸:蘿蔔糕	有機蔬菜	海芽蛋花湯 海帶芽.蛋Q					
1/12	一	紅藜飯	三杯雞 炒:雞丁T.九層塔	油豆腐肉燥 滷:油豆腐.絞肉S	魚丸大瓜 燒:大瓜Q.紅蘿蔔Q.菇.魚丸Q	履歷蔬菜	肉骨茶湯 馬鈴薯Q.肉片S					
1/13	二	白飯	蒜仁醬爆魚 燒:魚丁Q.洋蔥Q.筍	茶碗蒸 蒸:蛋Q.香菇Q.紅蘿蔔Q	炒高麗菜 炒:高麗菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	有機蔬菜	番茄豆腐湯 番茄Q.豆腐.肉片S			2		
1/14	三	白醬雞肉燉飯	迷迭香腿排 滷:雞排S	地瓜碰+芝麻球 炸:地瓜碰Sx1.QQx1	紅絲敏豆 炒:敏豆Q.紅蘿蔔Q	季節蔬菜	芋頭米粉湯 米粉.芋頭Q.肉絲S.菇.紅蘿蔔Q			2		
1/15	四	燕麥飯	春川炒豬 炒:肉片S.韓式泡菜.洋蔥Q	醬香冬粉 炒:冬粉.木耳Q.白菜Q.紅蘿蔔Q	椒鹽小雞腿x2 燒:翅小腿S	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米Q.紅蘿蔔Q.蛋Q.洋蔥Q.洋芋Q					
1/16	五	白飯	炸雞腿 滷:雞腿S	焗烤咖哩 烤.炒:肉絲S.洋蔥Q.起司	蜜汁素肚 燒:素肚.小黃瓜Q	有機蔬菜	白玉蘿蔔湯 白蘿蔔Q.菇Q.肉片S	6 .5	2 7	2 1	2 7	8 2
1/19	一	黑芝麻飯	沙茶砂鍋魚 燒:魚丁Q.白菜Q.木耳Q.豆皮	蝦香煸豆干 炒:豆干片.肉絲S.青蔥.蝦米	蒜香筍片 炒:筍片.紅蘿蔔Q.菇	履歷蔬菜	味噌蛋花湯 蛋Q.洋蔥Q.玉米Q.味噌					
1/20	二	結業式，本日不供餐								2		
1/21	三	焗烤肉醬麵	蜜汁豬排 燒:豬排S	豆沙包x1 蒸:紅豆包S	蒜炒花椰菜 炒:花椰菜Q.紅蘿蔔Q	季節蔬菜	奶香巧達湯 洋芋Q.洋蔥Q.紅蘿蔔Q.菇Q			2		
1/22	四	白飯	脆皮炸雞翅 炸:雞翅S	蘑菇肉醬 燒:番茄Q.菇Q.絞肉S.玉米Q	塔香海帶 滷:海帶絲.金針菇Q.九層塔	有機蔬菜	綠豆西米露 綠豆.西谷米					
1/23	五	五穀飯	糖醋里肌 炸.燒:肉丁S.洋蔥Q.彩椒Q	肉羹滷黑干 滷:黑豆干.肉羹S.芝麻	清炒薯絲 炒:豆薯Q.紅蘿蔔Q.肉絲S	有機蔬菜	韓式豆腐湯 豆腐.韓式泡菜.菇Q					
		祝 寒假愉快☺ 新年快樂🍀										
2/23	一	白飯	黑胡椒肉片 炒:肉片S.洋蔥Q	金沙豆腐 燒:豆腐.南瓜Q.絞肉S	紅絲四季豆 炒:敏豆Q.紅蘿蔔Q	履歷蔬菜	小魚昆布湯 海帶結.肉片S.小魚干.薑					
2/24	二	薏仁飯	法式奶油雞 煮:雞肉T.洋蔥Q.紅蘿蔔Q.毛豆Q.奶粉	BBQ肉片 炒:洋蔥Q.肉片S	蒜香彩瓜 炒:小瓜Q.茼蒿	有機蔬菜	酸辣三絲湯 金針菇Q.木耳Q.紅蘿蔔Q.肉絲S					
2/25	三	主廚炒飯	椒鹽魚丁 炸:魚丁Q	韓式部隊鍋 煮:油豆腐.年糕.貢丸S.麵條.泡菜	客家焗筍 燒:筍.木耳Q.紅蘿蔔Q	季節蔬菜	腐皮細粉湯 冬粉.腐皮.榨菜絲.肉絲S					
2/26	四	蕎麥飯	椒麻雞丁 炒:雞肉T.洋蔥Q.彩椒Q	番茄炒蛋 炒:蛋Q.番茄Q	清炒甘藍 炒:高麗菜Q.紅蘿蔔Q.木耳Q	有機蔬菜	蔬菜肉片湯 大白菜Q.肉片S.乾香菇					
2/27	五	2/27-3/1和平紀念日連假，本日不供餐										0

★食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材 *菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷

◎本菜單內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」，不適合其過敏體質者食用，請留意。

