

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	其他	全糖 飲料(份)	水果 類(份)	蔬菜 (份)	雞蛋 (份)	肉類 (份)	熱量 (大卡)
1/1	二	元旦連假											
1/2	三	肉醬烏龍麵	紅燒燉肉井 <small>肉丁,時蔬/燉</small>	蘿蔔魷魚羹 <small>白蘿蔔,魷魚羹/煮</small>	銅鑼燒 <small>甜筒/烤</small>	鮮蔬三絲湯 <small>筍絲,木耳絲,紅蘿蔔絲</small>	水果	6.9	2.5	2.0	2.9	851	
1/3	四	香Q白飯	檸檬烤翅 <small>雞翅/烤</small>	芋香田園 <small>三色豆,芋頭/炒</small>	蕃茄炒蛋 <small>蛋,蕃茄/煮</small>	味噌小魚湯 <small>味噌,小魚</small>		6.6	2.6	2.2	3.1	852	
1/4	五	香Q白飯	迷迭香鹽酥雞 <small>CAS雞丁/炸/打湯</small>	鐵板豆腐燒 <small>非基改豆腐/燒</small>	鮮瓜丸片 <small>鮮瓜,丸片/煮</small>	竹筍肉片湯 <small>竹筍,肉片</small>	水果	6.5	2.7	2.0	3.2	852	
1/7	一	五穀飯	芝麻里肌排 <small>豬排/燒</small>	脆薯肉茸 <small>涼薯,絞肉/煮</small>	香菇蒸蛋 <small>CAS蛋,香菇/蒸</small>	珍珠烤奶 <small>珍珠</small>		6.5	2.7	2.1	3.1	850	
1/8	二	香Q白飯	蒙特利咖哩雞 <small>CAS雞丁,紅蘿蔔,咖哩/煮</small>	酢醬肉燥 <small>絞肉,非基改干丁/炒</small>	雞塊+蝦排 <small>雞塊,蝦排/炸</small>	貴族濃湯 <small>非基改玉米粒,蛋</small>		6.5	2.8	2.0	3.1	855	
1/9	三	香腸蛋炒飯	巴比Q雞腿排 <small>CAS雞腿排/烤</small>	脆筍肉絲 <small>竹筍,肉絲/炒</small>	泰式海苔丸 <small>海苔丸/煮</small>	海芽菇菇湯 <small>海芽,鮮菇</small>	水果	6.8	2.5	2.2	3.1	858	
1/10	四	香Q白飯	蘿勒三杯雞 <small>雞丁,九層塔/炒</small>	瓜仔肉 <small>絞肉,碎瓜/炒</small>	奶香白菜滷 <small>白菜,木耳/燒</small>	羅宋湯 <small>蕃茄,洋蔥</small>		6.7	2.6	2.2	3.0	854	
1/11	五	香Q白飯	鐵路排骨 <small>大排/燒</small>	白玉火鍋滙 <small>蘿蔔,鳥蛋,肉羹/滷</small>	地瓜薯條 <small>地瓜/炸</small>	榨菜肉絲湯 <small>榨菜,肉絲</small>	水果	6.6	2.7	2.0	3.2	859	
1/14	一	地瓜飯	虱目魚排 <small>魚排/炸</small>	香菇豆腐煲 <small>非基改豆腐,香菇/燒</small>	咖哩鴿蛋 <small>馬鈴薯,鴿蛋/煮</small>	綜合燒仙草 <small>仙草,QQ</small>		6.5	2.7	2.0	3.2	852	
1/15	二	肉鬆飯	厚切炸豬排 <small>豬排/炸</small>	三杯杏鮑菇 <small>杏鮑菇,時蔬,九層塔/炒</small>	西芹肉絲 <small>西芹,肉絲/炒</small>	玉米雞茸湯 <small>非基改玉米粒,雞茸</small>		6.6	2.6	2.2	3.1	852	
1/16	三	客家炒米粉	蜜烤滷雞腿 <small>CAS雞腿/烤</small>	客家小炒 <small>非基改干片,絞肉/炒</small>	黃金蛋 <small>蛋/煮</small>	冬瓜菇菇湯 <small>冬瓜,鮮菇</small>	水果	6.7	2.8	2.0	2.8	855	
1/17	四	香Q白飯	筍香焗腩肉 <small>肉丁,筍干/滷</small>	五彩玉米蛋 <small>蛋,非基改玉米粒,火鷄/炒</small>	柳葉魚+花枝丸 <small>柳葉魚,花枝丸/炸</small>	肉骨茶湯 <small>蘿蔔,天骨</small>		6.5	2.7	2.1	3.2	854	
1/18	五	香Q白飯	唐揚小棒腿*2 <small>CAS翅腿/烤</small>	綜合滷味 <small>米血,甜條,蘿蔔/滷</small>	翠玉燴肉片 <small>結頭菜,肉片/燒</small>	福菜肉片湯 <small>福菜,肉片</small>	水果	6.6	2.6	2.2	3.1	852	

松晟服務電話 (03) 4 6 0 2 6 2 6  
 全面使用非基因改造黃豆製品及玉米  
 每週一供應吉園圃蔬菜;每週二四五供應有機蔬菜  
 紅圈表示當日符合教育部推廣之四章一Q政策