

日期	星期	主食	主菜1	副菜1	副菜2	副菜3	附品	全糖糖漿(份)	亞麻油(份)	蔬菜(份)	油醋醬(份)	熱量 kcal
1	五	香Q白飯	黑糖素焢肉 麵腸 時蔬(燒)	海味拼盤 百頁豆腐 海帶結(滷)	彩繪鮮瓜 瓜 時蔬(炒)	青菜		7	2.5	2	2.5	840
4	一	素炸醬麵	蘿蔔燒麵輪 蘿蔔 麵輪(燒)	★素春捲*1 素春捲(炸)	紅絲高麗 高麗菜 紅蘿蔔(炒)	青菜		7	2.6	2	2.5	847.5
5	二	香Q白飯	五香黑豆干 黑豆干(燒)	★椒鹽杏鮑菇 杏鮑菇(炸)	木須銀芽 木耳 豆芽菜(炒)	青菜	水果	7	2.8	2	2.5	862.5
6	三	小米飯	筍干素肉 素肉塊 筍(燒)	蜜汁小方干 豆干(燒)	芝香豆段 白芝麻 豆段(炒)	青菜		7	2.3	2	2.5	825
7	四	胚芽飯	糖醋豆包*1 豆包(燒)	海苔蒸蛋 蛋 海苔(蒸)	鄉村粉絲 冬粉 時蔬(炒)	有機菜	水果	7	2.5	2	2.5	850
8	五	芝麻飯	麻婆豆腐 豆腐 素絞肉(燒)	薑絲雲耳 雲耳、薑絲(燒)	腐皮海結 豆皮 海結(燒)	青菜	保久乳	7	2.6	2	3	870
11	一	香Q白飯	照燒烤麩 烤麩 蔬菜(燒)	鮮蔬海絲 海帶絲 時蔬(炒)	沙茶豆干 豆干 蔬菜(炒)	青菜		7	2.5	2	2.5	840
12	二	麥片飯	酸菜麵腸 酸菜 麵腸(炒)	回鍋干片 豆干 時蔬(炒)	咖哩薯塊 馬鈴薯 蔬菜(煮)	青菜	水果	7	2.5	2	2.5	840
13	三	香Q白飯	養生牛蒡排*1 牛蒡排(燒)	茄子燒豆腐 茄子 豆腐(燒)	金菇花椰 金針菇 綠花椰 蔬菜(炒)	青菜		7	2.8	2	2.5	862.5
14	四	香Q白飯	鐵板油腐 油豆腐 時蔬(燒)	香Q海蛋*1 蛋(滷)	油燻筍絲 筍絲 時蔬(炒)	有機菜	水果	7	2.6	2	2.5	847.5
15	五	素食義大利麵	醬燒蘭花干 蘭花干(燒)	梅香地瓜條 地瓜條(燒)	脆炒高麗 高麗菜 時蔬(炒)	青菜	豆漿	7	2.5	2	2.5	840
18	一	五穀飯	紅燒素肚 素肚(燒)	時蔬豆皮 豆皮 時蔬(炒)	黑胡椒芥菜 豆芥菜 蔬菜(炒)	青菜		7	2.6	2	2.5	847.5
19	二	香Q白飯	番茄燒豆腐 豆腐 番茄(燒)	日式蒸蛋 蛋(蒸)	木耳干絲 木耳 干絲 蔬菜(炒)	青菜	水果	7	2.6	2	2.5	847.5
20	三	素炒飯	★蜜汁腐皮捲*1 腐皮捲(炸)	香滷油腐 油豆腐 時蔬(滷)	毛豆玉米 毛豆 玉米粒 蔬菜(炒)	青菜		7	2.6	2	2.6	852
21	四	糙米飯	宮保麵腸 麵腸 時蔬(燒)	雪菜百頁 百頁豆腐 雪菜(炒)	薑燒海結 海帶結 蔬菜(炒)	有機菜	水果	7	2.5	2	2.5	840
22	五	香Q白飯	麻油猴頭菇 猴頭菇 時蔬(煮)	干丁瓜仔 干丁、碎瓜(燒)	金茸鮮瓜 瓜 金針菇(炒)	青菜	果汁	7	2.6	2	2.4	843
25	一	麥片飯	五香蘭花干 蘭花干 時蔬(燒)	蠔油素茄 茄子(燒)	紅絲花椰 白花椰 紅蘿蔔(炒)	青菜	TAP豆漿	7	2.5	1.5	2.4	823
26	二	香菇油飯	糖醋豆腸 豆腸 時蔬(燒)	關東煮 白蘿蔔 素丸子(煮)	滷白菜 白菜 蔬菜(炒)	青菜	水果	7	2.6	2	2.6	852
27	三	香Q白飯	京醬麵腸 麵腸 時蔬(煮)	客家小炒 豆干 素肉絲 時蔬(炒)	鮮蔬甘藍 高麗菜 蔬菜(炒)	青菜		7	2.5	2	2.5	840
28	四	芝麻飯	紅燒素獅子頭*1 素獅子頭 白菜 木耳(燒)	毛豆乾丁 毛豆 豆干 時蔬(炒)	脆炒豆芥 黃豆芥 時蔬(炒)	有機菜	水果	7	2.8	2	2.5	862.5
29	五	紅藜飯	三杯油腐 油豆腐 時蔬(燒)	木須蒲瓜 木耳 蒲瓜(炒)	螞蟻上樹 冬粉 蔬菜 素肉絲(炒)	青菜	保久乳	7	2.6	2	2.5	847.5

★因市場因素更換菜色, 敬請見諒★本菜單採用非基改之玉米及豆製品★

★本菜單含有海鮮、花生、堅果、蛋、小麥、奶類及相關製品, 不適合過敏體質食用★

★表示炸物