

日期	星期	早點	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯	水果/飲料/豆漿	午點	古稱(傳統)	近來(內用)	蔬菜類(內)	油類類(內)	水果類(內)	乳品類(內)	熱量(千卡)
2月																
13	一	鮮蔬雞絲麵 雞絲麵,肉絲,鮮菇,大白菜,玉米筍	燕窩飯	瓠瓜炒蛋 洗滌蛋,瓠瓜,紅蘿蔔	海帶素雞 素雞,海帶結	應青	蘿蔔鮮菇湯 白蘿蔔,香菇		切盤水果	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	560
14	二	滑蛋豆腐粥 白米,洗滌蛋,板豆腐,青菜	白飯	豆豉炒肉末 絞肉,碎干丁,馬鈴薯,黑豆豉	蟬蟻上樹 冬粉,高麗菜,紅蘿蔔,肉絲	應青	薑絲冬瓜湯 冬瓜,薑絲		杯子蛋糕 +鮮奶	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	566
15	三	古早味蛋糕 +養樂多	特餐	高麗菜炊飯 白米,肉絲,高麗菜,香菇,紅蘿蔔,柴魚片	帶骨大排 帶骨大排	應青	海芽蛋花湯 海芽芽,蛋		切盤水果	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	566
16	四	番茄雞蛋麵 白油麵,肉絲,番茄,洗滌蛋,蔥	五穀飯	味噌燒肉 肉片,洋蔥,紅蘿蔔,味噌	白菜滷 大白菜,紅蘿蔔,木耳,麵筋	應青	紫菜豆腐湯 紫菜,豆腐		切盤水果	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	566
17	五	黃瓜貢丸湯 大黃瓜,貢丸	糙米飯	蒜香雞丁 雞丁,油蔥,洋蔥,蒜泥	南瓜咖哩 南瓜,花菜,紅蘿蔔,馬鈴薯,咖哩粉	應青	芹菜結頭湯 結頭菜,芹菜		黑糖餐包 +豆漿	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	566
18	六	乾拌麻油麵線 白麵線,肉絲,高麗菜,木耳,枸杞	麥片飯	玉米肉燥 絞肉,玉米粒,三色丁,洋蔥	香菇炒高麗菜 高麗菜,紅蘿蔔,香菇	應青	青木瓜魚羹湯 青木瓜,魚羹		切盤水果	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	566
20	一	燒賣+枸杞茶 燒賣*3+枸杞,二砂糖	芝麻飯	咖哩肉醬 絞肉,馬鈴薯,非基改碎干丁,洋蔥,咖哩粉	高麗香腸 高麗菜,香腸,生木耳	應青	關東煮湯 白蘿蔔,非基改玉米粒,柴魚片		切盤水果	2.9	1.8	1.3	3.0	1.0	0.0	566
21	二	地瓜鹹粥 白米,絞肉,洗滌蛋,地瓜,胡蘿蔔,高麗菜	環保餐/ 糙米飯	紅娘炒蛋 洗滌蛋,胡蘿蔔,非基改白干絲	塔香蒸嫩腐 非基改炸鮮豆腐,鮑菇頭,九層塔	應青	冬瓜山粉圓 冬瓜磚,山粉圓,二砂糖	水果	銅鑼燒 +鮮奶	2.5	3.0	0.9	2.0	1.0	0.8	669
22	三	肉絲炒飯 白米,肉絲,生香菇,高麗菜,韭菜,紅蔥頭	特餐	茄汁筆管麵 筆管麵,馬鈴薯,番茄,洋蔥,絞肉,洋菇片,番茄醬	炸雞排 調理雞排	應青	南瓜濃湯 南瓜,三色丁,非基改玉米粒,培根,奶粉,麵粉		切盤水果	3.0	2.0	1.1	2.5	1.0	0.0	560
23	四	珍珠丸子+蛋花湯 珍珠丸子*3+洗滌蛋,青蔥	小米飯	豆瓣雞丁 骨雞丁,非基改四分乾丁,高麗菜,不辣豆瓣醬	蛋酥冬瓜 冬瓜,洗滌蛋,生木耳,胡蘿蔔	應青	榨菜粉絲湯 榨菜,冬粉,薑絲		切盤水果	2.6	1.8	1.5	3.0	1.0	0.0	550
24	五	關東煮 非基改小三角豆腐,白蘿蔔,小黑輪,米血丁,柴魚片	燕麥飯	古早味滷肉 肉絲,非基改小三角油豆腐,筍乾,滷包	銀芽鮮菇絲 綠豆芽,生木耳,胡蘿蔔,金針菇	應青	蘿蔔魚羹湯 白蘿蔔,魚羹	水果	桂圓蛋糕 +米漿	3.5	2.0	1.5	3.0	1.0	0.0	628

※「本菜單使用之豬肉、牛肉皆為國產在地食材」。

菜單設計：郭庭瑄營養師（藝慶企業有限公司）

※「本菜單使用之豬肉、牛肉皆為國產在地食材」。