



*本公司全面使用非基改玉米及豆製品,敬請安心使用 *本菜單含有蟹、蝦、牛奶、蛋、芒果、花生、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等, 不適合其過敏體質者食用
 *◎消費者服務專線: (02)2996-9305 傳真: (02)2276-3714 e-mail: kh9305@gmail.com◎營養師: 杜盈慧 (營養字第 010448 號)

日期	星期	主食	主菜	副菜		湯	附餐	牛奶 鮮奶	玉米 濃湯	蔬菜	油類	熱量
2	一	地瓜飯 白米、地瓜	炸雞腿 雞腿-炸	燒烤醬龍鳳腿 龍鳳腿、玉米-燒	玉筍花椰 花椰菜、玉米筍、紅蘿蔔-煮	山藥雞湯 雞肉、山藥、薑仁	水果 (中高)	5.6	2.4	2.1	2.3	728
3	二	泡菜肉片 麵疙瘩 麵疙瘩、大白菜、紅蘿蔔、肉片	紅絲炒蛋 紅蘿蔔、雞蛋、蔥珠-炒	香滷蘭花干 蘭花干-滷	蔬炒雙菇 鮑菇、鮮菇、蔬菜-煮	蘿蔔排骨湯 白蘿蔔、排骨	水果 (低)	5.6	2.5	2	2.3	733
4	三	白飯 白米	乾燒肉柳 豬肉、洋蔥、芝麻-煮	板栗燒雞 雞肉、紅蘿蔔、栗子-燒	芹香芽菜 豆芽、韭菜、芹-炒	蘿蔔雞湯 白蘿蔔、雞肉		5.5	2.6	1.9	2.6	745
5	四	雜糧飯 白米、雜糧	麻油菇菇雞 雞肉、鮮菇、紅薑-煮	莎莎醬 黃金魚蛋 魚蛋、番茄、洋蔥、洋香菜-煮	醬爆條豆段 條豆、豆漿、紅蘿蔔-炒	冬瓜龍骨湯 冬瓜、湯排、枸杞	水果 (中高)	5.6	2.5	2	2.3	733
6	五	紫米飯 白米、紫米	味噌里肌排 豬排-煮	毛豆玉米 玉米、毛豆、絞肉、紅蘿蔔-煮	螞蟻上樹 高麗、粉絲、絞肉、紅蘿蔔-炒	金菇海芽湯 金針菇、海芽、肉絲		5.7	2.4	2	2.4	737
9	一	蕎麥飯 白米、蕎麥	蜜汁雞丁 雞肉、四方豆干-燒	白醬洋芋豬 洋芋、豬肉、青豆-煮	塔香海根 海根、紅蘿蔔、九層塔-炒	酸辣湯 肉絲、豆腐、竹筍、木耳、紅雞蛋	水果 (中高)	5.6	2.3	1.9	2.3	716
10	二	金沙肉蓉炒飯 白米、玉米、絞肉、蘿蔔、鹹蛋	紅燒豬腩 豬肉、蘿蔔-燒	雞肉洋蔥圈 雞肉洋蔥圈-炸 每人2個	木耳白菜 大白菜、肉絲、紅蘿蔔、木耳-炒	小魚味噌湯 豆腐、小魚乾、味噌	水果 (低)	5.6	2.3	2	2.6	725
11	三	白飯 白米	三杯雞 雞肉、杏鮑菇、九層塔-燒	梅干肉片 豬肉片、梅乾菜、筍茸-煮	脆炒高麗 高麗、紅蘿蔔、木耳-炒	藥燉排骨湯 洋芋、湯排、當歸、紅薑		5.6	2.5	2	2.5	742
12	四	薏仁飯 排米、薏仁	京醬肉排 豬排-燒	茄汁鵪鶉 鵪鶉、番茄、洋蔥-煮	鮮菇時瓜 青木瓜、鮮菇、蔬菜-煮	結菜雞湯 結頭菜、雞肉	水果 (中高)	5.5	2.3	2.2	2.4	721
13	五	糙米飯 白米、糙米	和風雞丁 雞肉、洋蔥、毛豆-燒	蔥燒凍腐 凍豆腐、絞肉、青蔥-燒	雙色花椰 花椰菜、紅蘿蔔-炒	青蔥蛋花湯 青蔥、雞蛋、蔬菜		5.5	2.4	2	2.3	719
16	一	芝麻飯 白米、芝麻	冬瓜燜肉 豬肉、冬瓜-煮	洋蔥紅絲蛋 洋蔥、雞蛋、紅蘿蔔、青豆-炒	菇炒結菜 結頭菜、鮮菇、蘿蔔-炒	酸菜鴨湯 酸菜、鴨肉、榨菜	水果 (中高)	5.5	2.4	2.2	2.4	728
17	二	胚芽飯 白米、胚芽	烤醬雞排 雞排-烤	烤洋芋薯餅 洋芋薯餅-烤 每人3個	白菜滷 大白菜、腐皮、蘿蔔、木耳-煮	金菇筍片湯 竹筍、金針菇、肉絲	水果 (低)	5.6	2.3	2.1	2.3	720
18	三	白飯 白米	茄汁燴肉角 肉角、番茄、毛豆-燒	腰果雞丁 雞肉、小黃瓜、蔬菜-燒	彩蔬花椰 花椰菜、彩椒-煮	黃瓜雞湯 黃瓜、雞肉、香菇絲		5.6	2.2	2	2.5	720
19	四	白醬葷菇雞肉 義大利麵 麵、洋芋、玉米、雞肉、鮑菇	素蠔豆包 豆包-燒	海結滷蛋 雞蛋、海結、紅蘿蔔-煮	木耳高麗 高麗菜、木耳-炒	南瓜濃湯 南瓜、洋蔥、絞肉、雞蛋	水果 (中高)	713	2.4	2	2.6	732
20	五	白飯 白米	里肌肉條 豬肉-烤 每人4條	咖哩雞肉丸 洋芋、雞肉丸、紅蘿蔔-煮	芹香海茸 海茸、芹菜、薑絲-炒	紫菜豆腐湯 豆腐、高麗、紫菜		5.8	2.3	1.8	2.3	727
23	一	燕麥飯 白米、燕麥	茶香滷雞翅 雞翅-滷	糖醋豬肉 豬肉、鳳梨、洋蔥-燒	黃瓜金菇 大黃瓜、金針菇、紅蘿蔔-煮	芹珠排骨湯 蘿蔔、湯排、芹菜	水果 (中高)	5.5	2.5	2	2.3	726
24	二	玉米飯 白米、玉米	馬鈴薯燉肉 豬肉、洋芋-煮	蒸蛋 雞蛋、蔬菜-蒸	蔬炒高麗 高麗菜、木耳-炒	冬瓜雞湯 冬瓜、雞肉、薑絲	水果 (低)	5.6	2.3	2	2.3	718
25	三	白飯 白米	醬燒雞丁 雞肉、西芹、蘿蔔-燒	蔥爆肉羹 肉羹、洋蔥、蔥-炒	芋香白菜 白菜、芋頭、紅蘿蔔-燒	洋芋龍骨湯 洋芋、湯排、薑仁		5.5	2.6	2	2.6	747
26	四	麻油鮮菇油飯 白米、糯米、肉絲、香菇	蠔汁豬排 豬排-燒	炸玉米奶滋餅 玉米奶滋餅-炸 每人2個	花生海結 海帶結、蘿蔔、花生-滷	味噌蛋花湯 海芽、雞蛋、小魚乾、味噌	水果 (中高)	5.5	2.3	1.9	2.4	713
27	五	胚芽飯 白米、胚芽	檸香魚排 魚排、檸檬汁-燒	柚醬豬肉 豬肉、鮑菇、柚子醬-煮	韭香豆菜 豆芽菜、紅蘿蔔、韭菜-炒	肉骨茶湯 高麗、枸杞、湯排、肉骨茶包		5.5	2.5	2.1	2.3	728
30	一	地瓜飯 白米、地瓜	番茄打拋肉 豬肉片、番茄、洋蔥、九層塔-煮	芝麻照燒雞 雞肉、蘿蔔、芝麻-燒	炒結頭菜 結頭菜、肉絲-炒	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋	水果 (中高)	5.5	2.4	2	2.3	719