



週一	週二	週三	週四	週五
			04月06日	04月07日
			白米飯 醬香滷豬排 魚香嫩腐 椒鹽海鮮捲 季節時蔬 南瓜濃湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.1份 蛋豆魚肉2.6份 油脂2.2份 水果 份 熱量803大卡	白米飯 滷雞翅 咖哩魚丸 三杯豆干米血 季節時蔬 榨菜肉絲湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.8份 油脂2.2份 水果 份 熱量800大卡
04月10日	04月11日	04月12日	04月13日	04月14日
白米飯 馬鈴薯燉肉 沙茶寬粉 紅蔘炒蛋 季節時蔬 蒲瓜排骨湯 全穀雜糧6.7份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.7份 油脂2.4份 水果 份 熱量839大卡	五穀飯 青蔥燒雞 五味醬豆腐 豆皮高麗菜 季節時蔬 火鍋湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.1份 蛋豆魚肉2.7份 油脂2.3份 水果 份 熱量820大卡	白米飯 京都豬排 滷油豆腐 關東煮 季節時蔬 珍珠決明子 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.9份 油脂2.3份 水果 份 熱量826大卡	白米飯 香酥鯖魚 燒烤翅小腿1 肉絲炒雙花 季節時蔬 味噌豆腐湯 全穀雜糧6.6份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.9份 油脂2.2份 水果 份 熱量836大卡	白米飯 咖哩醬豬排 筍絲白菜 干滷鮮菇 季節時蔬 玉米濃湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜1.9份 蛋豆魚肉3.0份 油脂2.2份 水果 份 熱量827大卡
04月17日	04月18日	04月19日	04月20日	04月21日
白米飯 迷迭香雞排 乾丁肉燥 玉米炒蛋 季節時蔬 南瓜濃湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.1份 蛋豆魚肉2.6份 油脂2.5份 水果 份 熱量813大卡	五穀飯 韓式醬豬排 麻油米血高麗菜 塔香海茸 季節時蔬 柴魚豆腐湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.8份 油脂2.2份 水果 份 熱量800大卡	白米飯 鹹酥雞 韓式鍋物 滑蛋燒賣 季節時蔬 仙草凍/履歷豆奶 全穀雜糧6.4份 蔬菜1.9份 蛋豆魚肉2.9份 油脂2.6份 水果 份 熱量813大卡	白米飯 糖醋魚片 柴魚花枝丸 螞蟻上樹 季節時蔬 鮮菇肉絲湯 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.6份 油脂2.5份 水果 份 熱量808大卡	白米飯 滷雞腿 柴魚香菇豆腐 開陽白菜 季節時蔬 海芽蛋花湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.2份 蛋豆魚肉3.0份 油脂2.4份 水果 份 熱量830大卡
04月24日	04月25日	04月26日	04月27日	04月28日
白米飯 鐵路排骨 奶香馬鈴薯 沙茶粉絲褒 季節時蔬 肉骨茶湯 全穀雜糧6.3份 蔬菜2.2份 蛋豆魚肉3.0份 油脂2.4份 水果 份 熱量830大卡	五穀飯 雞米花 茄汁甜不辣 油蔥肉燥 季節時蔬 蔬菜魚丸湯 全穀雜糧6.6份 蔬菜2.3份 蛋豆魚肉2.9份 油脂2.6份 水果 份 熱量847大卡	白米飯 里肌肉排 小魚排 滷味拼盤 季節時蔬 紅豆烤奶 全穀雜糧6.4份 蔬菜2.1份 蛋豆魚肉2.8份 油脂2.5份 水果 份 熱量801大卡	白米飯 無刺魚丁 麻婆豆腐 蝦米高麗菜 季節時蔬 黃瓜煲湯 全穀雜糧6.5份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.8份 油脂2.8份 水果 份 熱量864大卡	白米飯 味噌豬排 肉絲針菇炒豆 濃醬咖哩 季節時蔬 關東煮湯 全穀雜糧6.7份 蔬菜2.0份 蛋豆魚肉2.7份 油脂2.4份 水果 份 熱量839大卡

