

日期	星期	主食	主菜	副菜		青菜	湯品	備註	全穀雜糧	豆魚肉	蔬菜類	油類	熱量
1	二	【焗】 義大利麵 <small>麵+時蔬+豬肉+起司</small>	烤 義式豬排X1 <small>豬排(X1)+義式香料-烤</small>	茶葉蛋X1 <small>帶殼雞蛋(X1)-滷</small>	炒花椰菜 <small>花椰菜+時蔬-炒</small>	有機蔬菜	味噌豆腐湯 <small>豆腐+海帶芽+味噌</small>	水果	5.2	2.4	2.2	2.4	707
3	四	兒童、清明節連假，不供餐											
4	五												
7	一	時蔬 肉燥飯 <small>白米+時蔬+豬肉</small>	【炸】 起司雞排X1 <small>起司雞排(X1)-炸</small>	滷味燙 <small>蘿蔔+油豆腐+豆皮+時蔬-滷</small>	木耳時瓜 <small>時瓜+木耳-煮</small>	產銷履歷	針菇海芽湯 <small>金針菇+海帶芽</small>		5.1	2.4	2.2	2.4	700
8	二	白飯 <small>白米</small>	白醬燉肉 <small>豬肉+大白菜+白醬+起司-烤</small>	番茄炒蛋 <small>雞蛋+洋蔥+番茄-炒</small>	烤地瓜X1 <small>地瓜條(X1)-烤</small>	有機蔬菜	南瓜雞湯 <small>南瓜+雞骨</small>	水果+保久乳		5.3	2.4	2.1	712
10	四	紫米飯 <small>白米+紫米</small>	烤魚排X1 <small>無刺魚排(X1)+香料-烤</small>	【焗】 泡菜燒肉片 <small>豬肉+白菜+泡菜+起司-烤</small>	蒜炒結菜 <small>結頭菜+蒜-炒</small>	產銷履歷	蔬菜蛋花湯 <small>蔬菜+雞蛋</small>	水果	5.1	2.6	2.2	2.3	711
11	五	海苔香鬆飯 <small>白米+海苔香鬆</small>	蔥油雞排X1 <small>雞排(X1)-煮</small>	蒸蛋 <small>雞蛋-蒸</small>	乾煸馬鈴薯 <small>馬鈴薯+豬肉+洋香菜-炒</small>	產銷履歷	酸菜湯 <small>酸菜+鴨骨</small>		5.2	2.5	2.1	2.4	712
14	一	白飯 <small>白米</small>	筍干滷豬腳 <small>豬肉+豬腳+筍-滷</small>	【焗】 起司玉米蛋 <small>雞蛋+玉米+起司-烤</small>	燉白菜 <small>白菜+紅蘿蔔-煮</small>	產銷履歷	時蔬蘿蔔湯 <small>蘿蔔+時蔬</small>	章Q回饋 無糖豆漿		5.3	2.5	2.2	722
15	二	燕麥飯 <small>白米+燕麥</small>	【炸】 雞腿X1 <small>雞腿(X1)-炸</small>	咖哩燉肉 <small>豬肉+洋芋+咖哩-煮</small>	魷魚時瓜 <small>時瓜+魷魚+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	酸辣清湯 <small>豆腐+筍+時蔬</small>	水果	5.2	2.5	2.1	2.4	712
17	四	香菇油飯 <small>白米+糯米+豬肉+香菇</small>	燒雞排X1 <small>雞排(X1)-燒</small>	烤豬肉條 <small>豬肉切條-烤</small>	韭菜炒豆芽 <small>豆芽菜+韭菜-炒</small>	產銷履歷	竹筍雞湯 <small>筍+雞骨</small>	水果	5.2	2.3	2.4	2.3	700
18	五	海苔 香鬆蓋飯 <small>白米+海苔香鬆</small>	豬肋排X1 <small>豬肋排(X1)+芝麻-燒</small>	海鮮捲X1 + 馬鈴薯瓣 <small>非油炸虱目魚捲(X1)+馬鈴薯瓣-烤</small>	木耳高麗 <small>高麗菜+木耳-煮</small>	產銷履歷	青瓜排骨湯 <small>青木瓜+湯排</small>	保久乳		5.1	2.5	2.2	703
21	一	紅藜小米飯 <small>白米+小米+紅藜麥</small>	【炸】 雞翅X1 <small>三節翅(X1)-炸</small>	紅燒肉丁 <small>豬肉+油豆腐-燒</small>	針菇時瓜 <small>時瓜+金針菇-煮</small>	產銷履歷	榨菜肉絲湯 <small>時蔬+榨菜+豬肉</small>		5.1	2.5	2.1	2.4	705
22	二	【校慶特餐】 日式炒烏龍 <small>烏龍麵+時蔬+豬肉+柴魚</small>	蒲燒魚X1 <small>無刺蒲燒魚(X1)-蒸</small>	餡餅X1 + 地瓜薯條 <small>餡餅(X1)+地瓜薯條-烤</small>	豆干小炒 <small>豆干+豬肉+時蔬-炒</small>	有機蔬菜	馬鈴薯湯 <small>馬鈴薯+紅蘿蔔+雞蛋</small>	水果	5.3	2.5	2.1	2.5	724
24	四	白飯 <small>白米</small>	滷炆肉X1 <small>炆肉排(X1)-滷</small>	南瓜蒸蛋 <small>雞蛋+南瓜+毛豆-炒</small>	彩椒花椰 <small>花椰菜+彩椒-煮</small>	產銷履歷	味噌蘿蔔湯 <small>蘿蔔+海帶芽+味噌</small>	水果	5.3	2.5	2.2	2.4	722
25	五	胚芽飯 <small>白米+胚芽米</small>	宮保雞丁 (含花生) <small>雞肉+時蔬+花生-炒</small>	麻婆豆腐 <small>豆腐+豬肉-煮</small>	鮮菇燉青瓜 <small>青木瓜+蒜-煮</small>	產銷履歷	大滷清湯 <small>白菜+時蔬</small>		5.3	2.4	2.2	2.5	719
28	一	運動會補假，不供餐											
29	二	薏仁飯 <small>白米+洋薏仁</small>	海山醬雞丁 <small>雞肉+蘿蔔+海山醬-煮</small>	滷肉排X1 <small>豬排(X1)-滷</small>	白菜煮 <small>白菜+時蔬-煮</small>	有機蔬菜	海芽蛋花湯 <small>雞蛋+海帶芽</small>	水果	5.1	2.5	2.1	2.4	705