

	06/09 星期一	06/10 星期二	06/11 星期三
<b>主食</b>	燕麥飯	白米飯	榨菜肉絲乾麵
			肉絲、白豆干、榨菜、高麗菜、蒜末、陽春麵
<b>主菜</b>	紅燒豬腳	泰式檸檬魚	滷蛋
	肉丁、蹄膀、紅蘿蔔、白蘿蔔、薑片	水鯊魚丁、番茄、洋蔥、九層塔、新鮮檸檬汁、魚露	滷蛋
<b>副菜</b>	螞蟻上樹	雙絲炒蛋	
	瘦絞肉、冬粉、高麗菜、紅蘿蔔、木耳、蒜末	杏鮑菇、蛋、紅蘿蔔、蔥花、蒜末	
<b>蔬菜</b>	炒產銷蔬菜	炒高麗菜	炒產銷蔬菜
	產銷蔬菜、蒜片	高麗菜、蒜末、紅蘿蔔	產銷蔬菜、蒜末
<b>湯</b>	綜合火鍋湯	肉骨茶湯	鳳梨苦瓜雞
	結頭菜、金針菇、油豆腐、鮮香菇、大骨	白蘿蔔、排骨、薑片、肉骨茶包	雞腿丁、苦瓜、蔭鳳梨、新鮮鳳梨、薑片
<b>附餐</b>	鮮奶	豆漿、水果	鮮奶

營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉
	655.0	4.60	2.2	676.0	4.00	2.8	650.0	4.00	2.9
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子
	1.5	1	2.90	1.2	1	2.80	1	1	2.70
	粗蛋白	粗脂肪	總碳水化合物	粗蛋白	粗脂肪	總碳水化合物	粗蛋白	粗脂肪	總碳水化合物
16%	29%	55%	16%	30%	54%	18%	31%	51%	

\*本菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品。不適合對其過敏體質者食用。

	06/12 星期四	06/13 星期五
<b>主食</b>	白米飯	糙米飯
<b>主菜</b>	薑汁燒肉	香酥雞翅
	肉片、杏鮑菇、洋蔥、薑片、薑汁、味霖、薄鹽醬油	卜蜂裹粉雞翅
<b>副菜</b>	魷魚羹	壽喜燒
	魷魚條、大白菜、鮮筍絲、鮮香菇、紅蘿蔔、蒜泥	凍豆腐、高麗菜、金針菇、洋蔥、肉片、紅蘿蔔、柴魚片、味霖
<b>蔬菜</b>	炒蚵白菜	炒有機蔬菜
	蚵白菜、紅蘿蔔	有機蔬菜、蒜末
<b>湯</b>	紫菜蛋花湯	仙草蜜
	紫菜、雞蛋、雞骨	仙草凍、冬瓜磚
<b>附餐</b>	水果、豆奶	鮮奶

### 營養分析

熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉
686.0	4.00	2.40	606.5	4.20	2.00
蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子
1.6	1	2.80	1.1	1	3.00
粗蛋白	粗脂肪	總碳水化合物	粗蛋白	粗脂肪	總碳水化合物
15%	28%	57%	15%	31%	53%

\*本菜單含有甲殼類、魚類、堅果類、芝麻、花生、牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、使用亞硫酸鹽類等及其製品。不適合對其過敏體質者食用。

