

※提醒：餐點內有機率含有肉骨頭、魚刺，用餐時請小心食用，細嚼且慢嚥。魚經去刺加工處理，為避免有魚骨（刺）殘留，仍請指導學生小心魚骨（刺）。

地址：台北市南港路三段149巷49弄12號

日期	星期	主食	主菜一	副菜一	青菜	湯	附品	營養成分	熱量
2	一	白米飯 白米-蒸	滷味豬肉 豬肉、黑豆干、海帶-滷	雞茸洋蔥蛋 雞蛋、雞絞肉、洋蔥-炒	有機蔬菜	白木耳甜湯 白木耳		6.5	2.0
3	二	有機白米飯 有機白米-蒸	咖哩雞(帶骨) 雞肉、馬鈴薯、胡蘿蔔-炒	金菇白菜 (有機菇) 白菜、金菇、蔬菜-炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、洋蔥、蔬菜	水果	6.5	2.5
4	三	小米飯 白米、小米-蒸	BBQ豬柳 豬肉、洋蔥-炒	年糕炒雞(帶骨) 雞肉、年糕、蔬菜-炒	綠色蔬菜	薏仁小排湯 薏仁、冬瓜、豬肉		6.5	2.5
5	四	義大利麵 義大利麵-煮	★金黃炸雞翅X1(帶骨) 雞肉-炸	義式肉醬 豬絞肉、蔬菜-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米、馬鈴薯、胡蘿蔔		6.7	2.2
6	五	薏仁飯 白米、薏仁-蒸	草菇燉雞(帶骨) 雞肉、菇、蔬菜-燉	紅燒肉燥油腐 油豆腐、豬絞肉-燒	綠色蔬菜	飄香筍湯 筍、蔬菜		6.5	2.5
9	一	胚芽飯 白米、胚芽-蒸	和風柴香雞(帶骨) 雞肉、蔬菜-燉	白菜赤肉 豬肉、白菜、蔬菜-炒	有機蔬菜	蔬菜豆腐湯 蔬菜、豆腐		6.5	2.0
10	二	有機白米飯 有機白米-蒸	米糕三杯雞(帶骨) 雞肉、米血糕-炒	茄汁絞肉腐 豆腐、豬絞肉、蔬菜-燒	有機蔬菜	綠豆湯 綠豆	水果+乳品	6.5	2.5
11	三	蕎麥飯 白米、蕎麥-蒸	椰漿炒豬 豬肉、洋蔥、馬鈴薯-炒	翅小腿X2(帶骨) 翅小腿-滷	綠色蔬菜	季節時瓜湯 時瓜、蔬菜		6.5	2.5
12	四	雞肉飯 白米、雞肉-煮	豬肉小炒 豬肉、豆干-炒	★香酥魚X2 魚-炸	有機蔬菜	酸菜肉片湯 蔬菜、酸菜、豬肉		6.7	2.2
13	五	白米飯 白米-蒸	醍醐燉肉 豬肉、蔬菜-燉	雞絲津白 雞肉、白菜、蔬菜-炒	綠色蔬菜	元氣雞湯 雞肉、蘿蔔		6.5	2.5
16	一	白米飯 白米-蒸	★▲麥香雞X1 雞肉-炸	番茄炒蛋 雞蛋、番茄-炒	有機蔬菜	大滷湯 豆腐、筍絲、木耳		6.5	2.0
17	二	有機白米飯 有機白米-蒸	迷迭香炒肉 豬肉、蔬菜-炒	奶醬洋薯雞茸 雞肉、馬鈴薯、玉米-炒	有機蔬菜	羅宋蔬菜湯 蔬菜	水果	6.5	2.5
18	三	燕麥飯 白米、燕麥-蒸	客家燉肉 豬肉、筍、梅菜-燉	◎堅果糖醋魚X2 魚肉、堅果-燒	綠色蔬菜	鮮瓜排骨湯 鮮瓜、豬肉		6.5	2.5
19	四	韓式海苔飯 白米、紫米、海苔、芝麻-煮	泡菜肉片 豬肉、白菜、洋蔥-炒	雞汁粉絲 雞絞肉、蔬菜、粉絲-炒	有機蔬菜	紅豆湯 紅豆		6.7	2.2
20	五	小米飯 白米、小米-蒸	四方干燒雞(帶骨) 雞肉、四方干、蔬菜-燒	沙茶炒豬 豬肉、蔬菜-炒	綠色蔬菜	米粉湯 米粉、蔬菜		6.5	2.5
23	一	麥片飯 白米、麥片-蒸	田園雞丁(帶骨) 雞肉、玉米、洋蔥-炒	胡蘿蔔炒蛋 胡蘿蔔、雞蛋-炒	有機蔬菜	地瓜西谷米 地瓜、西谷米		6.0	2.5
24	二	有機白米飯 有機白米-蒸	蜜汁魚排X1 (生鮮水產品) 魚-炸燒	八寶肉醬 豬絞肉、毛豆、胡蘿蔔、蔬菜-炒	有機蔬菜	珍菇雞湯 雞肉、珍菇、冬瓜	水果+乳品	6.0	2.5
25	三	薏仁飯 白米、薏仁-蒸	塔香油腐雞(帶骨) 雞肉、油腐-炒	嫩炒肉絲 豬肉、洋蔥-炒	綠色蔬菜	鄉村蔬菜湯 蔬菜		6.5	2.5
26	四	DIY拌麵 *搭配打拋豬 麵-煮	打拋豬肉 豬絞肉、蔬菜-炒	★▲鹹酥雞X3(帶骨) 雞肉-炸	有機蔬菜	蘿蔔湯 蘿蔔、豬肉	TAP豆奶	6.7	2.2
27	五	白米飯 白米-蒸	梅汁Q雞(帶骨) 雞肉、蔬菜-燒	回鍋肉片 豬肉、豆干、蔬菜-炒	綠色蔬菜	洋芋肉骨茶湯 洋芋、豬肉		6.5	2.5
◆全面使用非基改玉米及豆製品 ※本菜單含有豆、蛋、奶、麩質、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮、芒果及其相關製品，不適合對其過敏體質者食用。									
主菜種類(次/月)				主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		其他分析(次/月)	
豆類及豆製品		豬肉		雞肉		▲加工食品		★油炸品	
海鮮				生鮮食材		其他		✓甜湯	
0次		9次		19次		3次		4次	