



豬肉來源:臺灣(豬肉及豬可食部位原料之原產地:臺灣)

| 8月30日(三)   |            | 8月31日(四)   |            | 9月1日(五)  |            |
|--|------------|--|------------|--|------------|
| 酢醬拌麵(豆)<br>醬燒豬肉排<br>地瓜薯條<br>酸菜白肉鍋(醃)<br>季節時蔬<br>蘿蔔湯      |            | 地瓜飯<br>魚排(海加)(炸)<br>回鍋肉(豆)<br>蕃茄蛋<br>季節時蔬<br>日式海芽湯           |            | 香Q米飯<br>招牌雞腿<br>什錦炒菇<br>瓜子肉(醃)<br>季節時蔬<br>玉米濃湯(芡)        |            |
| 熱量: 787.0K   | 脂肪: 25.0g  | 熱量: 799.1K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 826.8K   | 脂肪: 26.0g  |
| 醃類: 109.0g   | 蛋白質: 31.5g | 醃類: 110.5g   | 蛋白質: 31.9g | 醃類: 115.0g   | 蛋白質: 33.2g |
| 9月4日(二)  |            | 9月5日(三)  |            | 9月6日(三)  |            |
| 香Q米飯<br>蒜泥白肉<br>菜脯蛋(醃)<br>台式米粉<br>季節時蔬<br>黃瓜上排湯          |            | 麥片飯<br>香烤雞腿<br>咖哩肉丁<br>椰菜拌蝦皮(海)<br>季節時蔬<br>海芽薑絲湯             |            | 油蔥肉燥拌飯<br>金喜排骨<br>雞塊*2(加)(炸)<br>竹筍肉絲<br>季節時蔬<br>味噌豆腐湯(豆) |            |
| 熱量: 816.3K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 797.0K   | 脂肪: 25.0g  | 熱量: 794.3K   | 脂肪: 25.5g  |
| 醃類: 114.0g   | 蛋白質: 32.7g | 醃類: 111.0g   | 蛋白質: 32.0g | 醃類: 109.3g   | 蛋白質: 31.7g |
| 9月7日(四)  |            | 9月8日(五)  |            | 9月11日(一)   |            |
| 地瓜飯<br>魷米花(海)(炸)<br>雙冬燒雞(冷)<br>三色豆腐(豆)<br>季節時蔬<br>金針菇肉絲湯 |            | 香Q米飯<br>泰式肉排<br>沙茶蝦仁(海)<br>絞肉貢丸(加)<br>季節時蔬<br>竹筍湯            |            | 香Q米飯<br>霸氣香烤雞腿<br>韓式菇菇鍋<br>雙色豆干(豆)<br>季節時蔬<br>味噌海芽湯      |            |
| 熱量: 839.8K   | 脂肪: 29.0g  | 熱量: 795.1K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 794.3K   | 脂肪: 25.5g  |
| 醃類: 110.3g   | 蛋白質: 34.2g | 醃類: 109.3g   | 蛋白質: 31.9g | 醃類: 109.5g   | 蛋白質: 31.7g |
| 9月12日(三)   |            | 9月13日(三)   |            | 9月14日(四)   |            |
| 小米飯<br>醬汁肉片<br>雙絲炒蛋<br>奶焗雙色馬鈴薯<br>季節時蔬<br>冬瓜排骨湯          |            | 鐵板拌麵<br>鹽酥雞(炸)<br>芝麻包(冷)<br>酸菜滷味(醃)(加)(豆)<br>季節時蔬<br>洋芋濃湯(芡) |            | 地瓜飯<br>清蒸魚丁(海)(豆)<br>洋蔥鹹豬肉<br>白菜蛋酥<br>季節時蔬<br>筍絲肉絲湯      |            |
| 熱量: 810.6K   | 脂肪: 25.0g  | 熱量: 796.7K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 824.8K   | 脂肪: 26.0g  |
| 醃類: 114.0g   | 蛋白質: 32.4g | 醃類: 110.0g   | 蛋白質: 31.8g | 醃類: 114.5g   | 蛋白質: 33.2g |
| 9月15日(五)   |            | 9月18日(一)   |            | 9月19日(二)   |            |
| 香Q米飯<br>紅燒肉(豆)<br>檸檬翅小腿<br>涼拌小菜<br>季節時蔬<br>紫菜蛋花湯         |            | 香Q米飯<br>鹽酥雞(炸)<br>玉米炒蛋<br>壽喜燒肉<br>季節時蔬<br>酸辣湯(芡)(醃)(豆)/獎勵金豆奶 |            | 麥片飯<br>沙茶肉片<br>柴香豆腐(豆)(海)<br>米血雞肉(冷)<br>季節時蔬<br>冬瓜湯      |            |
| 熱量: 806.7K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 806.2K   | 脂肪: 25.0g  | 熱量: 853.7K   | 脂肪: 26.5g  |
| 醃類: 112.0g   | 蛋白質: 32.3g | 醃類: 109.5g   | 蛋白質: 31.7g | 醃類: 119.5g   | 蛋白質: 34.3g |
| 9月20日(三)   |            | 9月21日(四)   |            | 9月22日(五)   |            |
| 酢醬拌麵(豆)<br>燒烤雞翅<br>銀絲卷(冷)<br>砂鍋白菜蛋酥<br>季節時蔬<br>竹筍湯       |            | 地瓜飯<br>招牌嫩雞腿<br>麻婆豆腐(豆)<br>照燒丸子(海加)<br>季節時蔬<br>紫菜蛋花湯         |            | 香Q米飯<br>日式燒豬排<br>三色炒蛋<br>海鮮鍋(海)<br>季節時蔬<br>味噌豆腐湯(豆)      |            |
| 熱量: 797.1K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 772.6K   | 脂肪: 25.0g  | 熱量: 791.1K   | 脂肪: 25.5g  |
| 醃類: 110.0g   | 蛋白質: 31.9g | 醃類: 108.5g   | 蛋白質: 30.9g | 醃類: 108.5g   | 蛋白質: 31.9g |
| 9月25日(一)   |            | 9月26日(二)   |            | 9月27日(三)   |            |
| 香Q米飯<br>豬里肌<br>梅干肉燥(醃)<br>芽菜板條<br>季節時蔬<br>紫菜蛋花湯          |            | 糙米飯<br>雙拼魷魚圈(海)(炸)<br>蕃茄炒蛋(豆)<br>洋蔥肉<br>季節時蔬<br>榨菜肉絲湯(醃)     |            | 台式炒飯<br>卡茲雞柳條(加)(炸)<br>黑糖饅頭(冷)<br>韓式泡菜鍋<br>季節時蔬<br>日式海芽湯 |            |
| 熱量: 818.7K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 821.6K   | 脂肪: 26.0g  | 熱量: 813.9K   | 脂肪: 25.5g  |
| 醃類: 114.5g   | 蛋白質: 32.8g | 醃類: 114.0g   | 蛋白質: 32.9g | 醃類: 113.5g   | 蛋白質: 32.6g |
| 9月28日(四)   |            | 9月28日(四)   |            | 9月29日(六)補課   |            |
| 地瓜飯<br>薑泥肉片<br>青花椰拌蝦仁(海)<br>麻辣豬血(豆)(醃)<br>季節時蔬<br>冬瓜湯    |            | 香Q米飯<br>蘿蔔燒肉(豆)<br>炒冬粉<br>醬烤翅小腿<br>季節時蔬<br>蔬菜蛋花湯             |            |  |            |
| 熱量: 821.5K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 823.5K   | 脂肪: 25.5g  | 熱量: 823.5K   | 脂肪: 25.5g  |
| 醃類: 115.0g   | 蛋白質: 33.0g | 醃類: 115.5g   | 蛋白質: 33.0g | 醃類: 115.5g   | 蛋白質: 33.0g |

