

※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

行政院衛生署HACCP認證合格廠商 營養師：陳俞瑄(營養字第008067號)

日期	星期	主食	主菜一	主菜二	副菜一	青菜	湯	附品	糖	油	鹽	其他
8	三	有機白飯 有機白米	雙拼雞肉 雞肉、豆干、海帶-滷	鮮蔬赤肉片 蔬菜、豬肉-炒	綜合關東煮 蘿蔔、甜不辣、魚丸-煮	有機蔬菜	麵線羹 麵線、蔬菜		7.0	2.5	2.5	2.0
9	四	義大利麵 義大利麵	★金黃炸雞翅X1 雞肉-炸	義式肉醬 豬絞肉、蔬菜-炒	地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米、馬鈴薯、胡蘿蔔		7.0	2.5	2.7	2.0
10	五	紅藜飯 白米、紅藜	豬肉小炒 豬肉、豆干-炒	彩繪蒸蛋 雞蛋、素蟹絲、毛豆、菇-蒸	清炒白菜 白菜、蔬菜-炒	有機蔬菜	金針排骨湯 蔬菜、金針、豬肉	乳品	7.0	2.5	2.7	2.0
13	一	白飯 白米	無錫燒肉 豬肉、油豆腐-燒	★鹹酥雞X3 雞肉-炸	金菇高麗 高麗菜、金菇-炒	綠色蔬菜	山粉圓甜湯 山粉圓		6.0	2.5	2.5	2.0
14	二	糙米飯 白米、糙米	微青醬雞 雞肉、菇、蔬菜-燉	香料肉丸子X1 肉丸子、香料-燒	玉米薯丁 玉米、馬鈴薯-炒	綠色蔬菜	蘿蔔燉湯 蘿蔔		7.0	2.6	2.8	2.0
15	三	有機白飯 有機白米	醬香肉片 豬肉、蔬菜-炒	蔬拌雞絲 雞肉、蔬菜-炒	海帶豆干 海帶、豆干-滷	有機蔬菜	清香蔬菜湯 蔬菜		7.0	2.5	2.5	2.0
16	四	海苔香鬆飯 白米、海苔香鬆	小棒腿X2 小棒腿-滷	螞蟻上樹 粉絲、絞肉-炒	胡蘿蔔炒蛋 雞蛋、胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、蔬菜、味噌		7.0	2.5	2.7	2.0
17	五	小米飯 白米、小米	洋蔥豬柳 豬柳、洋蔥-炒	麻菇燉雞 雞肉、菇、蔬菜-燉	翠炒鮮瓜 鮮瓜、蔬菜-炒	有機蔬菜	竹筍肉絲湯 竹筍、豬肉	水果	7.0	2.5	2.7	2.0
20	一	白飯 白米	南洋豬肉 豬肉、馬鈴薯-炒	雞燒豆腐 雞茸、豆腐、毛豆-燒	燴炒白菜 白菜、蔬菜-炒	綠色蔬菜	紅豆麥片 紅豆、麥片		6.0	2.5	2.5	2.0
淨零日												
21	二	薏仁飯 白米、薏仁	糖醋燒魚X2 (生鮮水產品) 魚-過油燒	干炒肉片 豆干、豬肉、蔬菜-炒	洋芋炒蛋 雞蛋、洋芋-炒	綠色蔬菜	香菇雞湯 蔬菜、菇、雞肉		7.0	2.6	2.8	2.0
22	三	有機白飯 有機白米	卡邦尼醬燉肉 豬肉、蔬菜-燉	洋蔥燴雞 雞肉、洋蔥、菇-燴	彩繪綠花 綠花椰、彩椒-炒	有機蔬菜	拿波里番茄蔬菜湯 蔬菜、番茄		7.0	2.5	2.5	2.0
23	四	DIY麵條 *搭配打拋肉* 麵	台味打拋豬 豬絞肉、蔬菜-炒	★卡拉雞排X1 雞肉-炸	清香炒筍 筍、蔬菜-炒	有機蔬菜	時蔬肉絲湯 時蔬、豬肉		7.0	2.5	2.7	2.0
24	五	紫米飯 白米、紫米	泡菜肉片 豬肉、蔬菜-炒	雞絲黃芽年糕 年糕、黃豆芽、雞絲-炒	有機高麗菜 高麗菜、蔬菜-炒	綠色蔬菜	紫菜蛋花豆腐湯 豆腐、紫菜、雞蛋	乳品	7.0	2.5	2.7	2.0
27	一	紅藜飯 白米、紅藜	梅筍燒肉 豬肉、筍、梅干菜-燒	鮮瓜炒雞 雞肉、鮮瓜、胡蘿蔔-炒	爆香冬粉 冬粉、蔬菜-炒	綠色蔬菜	番茄玉米排骨湯 番茄、玉米、菇、豬肉		7.0	2.5	2.6	2.0
淨零日												
28	二	白飯 白米	咖哩雞 雞肉、馬鈴薯、蔬菜-炒	蒲燒魚X1 魚-蒸	蒜炒高麗 高麗菜、蔬菜-炒	綠色蔬菜	酸菜肉片湯 酸菜、蔬菜、豬肉		7.0	2.5	2.5	2.0
29	三	有機白飯 有機白米	★黃金豬排X1 豬排-炸	金粒雞茸 玉米、雞絞肉-炒	彩絲鮮蔬 蔬菜-炒	有機蔬菜	日式柴魚湯 紫菜、豆皮、魚板、柴魚	TAP 豆奶	6.0	2.5	2.6	2.0
30	四	DIY肉燥飯 白米	照燒雞肉 雞肉、蔬菜、芝麻、甜條-燒	肉燥滷蛋X1 雞蛋、豬絞肉-滷	紅蘿白菜 白菜、紅蘿蔔-炒	有機蔬菜	燒仙草 仙草、綠豆、大豆		7.0	2.5	2.6	2.0

◆全面使用非基改玉米及豆製品 ※本菜單含有豆、蛋、奶、麵質、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮、芒果及其相關製品，不適合作其過敏體質者食用。

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)	
菜類及調理品	肉類	雞肉	生鮮食材	▲調理食品	▲加工食品	其他	★油炸品	甜湯
0次	1次	10次	6次	17次	0次	1次	4次	3次