

※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	水果/湯	糖	油	鹽	其他
2	五	白飯 白米	三杯雞 帶骨雞胸丁, 米血-炒	肉香白菜 白菜, 菇, 胡蘿蔔, 豬前腿肉片-炒	番茄炒蛋 雞蛋, 番茄-炒	綠色蔬菜		6.8	2.5	2.5	2.8
5	一	白飯 白米	筍香燒肉 豬前腿肉角, 筍, 梅干菜-燒	金沙豆腐煲 豆腐, 雞絞肉-燒	清炒高麗菜 高麗菜, 胡蘿蔔, 木耳-炒	綠色蔬菜	水果	7.0	2.5	2.8	2.8
6	二	白飯 白米	咖哩雞 帶骨雞胸丁, 馬鈴薯, 胡蘿蔔-炒	蒲燒魚X1 魚-蒸 / 全國漁會, 冠霖	滷味海帶 海帶片, 豆干-滷	綠色蔬菜		7.0	2.5	2.7	2.8
7	三	刈包 (花生粉) 刈包	鍋滷肉排X1 豬排-滷	肉絲拌菜 豬前腿肉絲, 蔬菜-炒	毛豆滑蛋 雞蛋, 毛豆-炒	綠色蔬菜	皮蛋瘦肉粥 白米, 皮蛋, 豬絞肉	7.0	2.5	2.6	2.8
8	四	義大利麵 義大利麵	★酥炸雞翅X1 雞翅-炸 / 卜蜂	拿波里肉醬 豬絞肉, 蔬菜-炒	地瓜薯條X4 地瓜薯條-炸烤 / 明權, 冠霖	綠色蔬菜	水果	7.5	2.5	2.8	2.8
9	五	小米飯 白米, 小米	回鍋肉片 豬前腿肉片, 回鍋干片-炒	柚醬燒雞丁 帶骨雞胸丁, 蔬菜-燒	◎焗烤馬鈴薯 馬鈴薯, 起司-烤	綠色蔬菜		6.8	2.5	2.5	2.8
12	一 低碳日	紅藜飯 白米, 紅藜	麻油菇菇雞 帶骨雞胸丁, 蔬菜, 菇-燉	豆干小炒 豆干, 蔬菜-炒	鄉野炒筍 筍, 胡蘿蔔, 毛豆-炒	綠色蔬菜	水果	6.8	2.5	2.7	2.8
13	二	白飯 白米	飄香燉肉 豬前腿肉角, 蔬菜-燉	★鹹酥雞X3 雞肉-炸 / 卜蜂	清香高麗菜 高麗菜, 木耳, 胡蘿蔔, 豆皮-炒	綠色蔬菜		7.0	2.5	2.5	2.8
14	三	日式烏龍麵 麵	栗子滷雞腿X1 雞腿, 栗子-滷	打拋豬肉 豬絞肉, 蔬菜-炒	珍菇白菜 白菜, 珍菇, 胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	日式風味湯 日式豆皮, 魚板, 青蔥	7.0	2.5	2.6	2.8
15	四	五穀飯 白米, 穀物	★卡拉雞X1 雞肉-炸 / 卜蜂	肉末綴豆丁 豆干, 豬絞肉, 毛豆-炒	胡蘿蔔炒蛋 雞蛋, 胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	水果	7.2	2.5	2.8	2.8
16	五	白飯 白米	◎奶香椰漿雞 帶骨雞胸丁, 馬鈴薯, 蔬菜, 奶粉-炒	蒜泥肉片 豬前腿肉片, 蔬菜, 蒜-煮	木耳時瓜 時瓜, 木耳-炒	綠色蔬菜		7.0	2.5	2.8	2.8
19	一	芝麻飯 白米, 芝麻	紅燒燴肉 豬前腿肉片, 洋蔥, 豆腐-燴	麥克雞塊X3 雞塊-預炸, 烤 / 卜蜂	熱炒高麗 高麗菜, 蔬菜-炒	綠色蔬菜	水果	7.1	2.5	2.6	2.8
20	二	結 ~ 業 ~ 式 ~ 不 ~ 供 ~ 餐									
21	三	筆管麵 麵	BBQ雞排X1 雞排-烤	◎風味青醬鮮蔬 豬絞肉, 蔬菜, 奶粉-炒	豆沙包X1 豆沙包-蒸 / 優良, 巨富	綠色蔬菜	豬肉羅宋湯 番茄, 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 洋葱, 高麗菜, 豬肉	6.8	2.5	2.7	2.8
22	四	白飯 白米	★黃金豬排X1 豬排-炸	玉米雞蓉 玉米, 雞絞肉-炒	蒸蛋 雞蛋-蒸	綠色蔬菜	水果	7.5	2.5	2.5	2.8
23	五	白飯 白米	歐風醬炒雞 帶骨雞胸丁, 蔬菜-炒	洋蔥肉絲 豬前腿肉絲, 洋蔥-炒	菇炒鮮蔬 鮮蔬, 菇-炒	綠色蔬菜		6.8	2.5	2.6	2.8
◆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)		
烹調或共製品	豬肉	雞肉	生鮮食材		▲調理食品		▲加工食品		★油炸品		甜湯
0次	7次	9次	15次		1次		1次		4次		0次