

\*本公司全面使用非基改玉米及豆製品 \*本菜單含有牛奶.蛋.花生.堅果類.芝麻.含麩質穀物.大豆.魚類等，不適合其過敏體質者食用

\*◎消費者服務專線：(02)82524258 傳真：22763714 email：kh9305@gmail.com ◎營養師：杜盈慧(營養字第010448號)

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	青菜	湯	水果	鮮奶/豆漿	全穀雜糧(份)	豆魚蛋肉(份)	蔬菜(份)	油脂類(份)	水果類(份)	乳品類(份)	熱量 仟卡	鈣質 毫克
2	二	地瓜有機飯	蠔油豆腐	芹香干絲	脆炒高麗	有機小白菜	八寶良糧粥	水果		4.4	2.0	2.0	2.5	1	0	680	328
4	四	壽喜燒菇菇蓋飯	黑胡椒豆包	奶皇包	**	有機山茼蒿	味噌湯		鮮奶	5.3	2.0	1.2	2.3	0	0.5	729	212
5	五	紅藜飯	韓式馬鈴薯 燉百頁	菇菇蛋煎餅	焗烤鮮蔬	青江菜	薑絲冬瓜湯	水果		4.6	2.0	1.5	2.3	1	0	671	220
8	一	南瓜飯	糖醋豆腸	南瓜燴蛋	蘭陽西魯肉	有機荷葉白菜	芋香西米露	水果		5.0	2.3	1.5	2.8	1	0	747	252
9	二	燕麥有機飯	高麗菜捲	哨子豆腐	沙嗲玉米段	有機蘿蔓茼蒿	紫菜蛋花湯	水果		4.8	2.0	1.2	2.4	1	0	684	150
11	四	糙米飯	三杯麵腸	山藥豆雞片	越南寬粉	有機菠菜	韓式大醬湯	水果		5.2	2.7	1.5	2.5	1	0	781	199
12	五	香菇花生油飯	黑干滷蛋	豆酥長豆	**	蚵白菜	山藥菇菇湯	水果	豆奶	4.4	2.0	1.8	2.7	1	0	687	197
15	一	麥片飯	薑汁燒油腐	番茄炒蛋	毛豆四寶	有機山茼蒿	粿仔湯	水果		5.0	2.8	1.3	2.3	1	0	756	112
16	二	咖哩奶醬義大利麵	檸香豆包	冰心地瓜	香菇冬瓜	有機高麗菜	羅宋湯		鮮奶	4.0	2.0	1.8	2.4	0	0.5	658	242
18	四	小米有機飯	馬鈴薯起司球	麻油干片	關東煮	有機A菜	銀耳蓮子湯	水果		5.0	2.0	1.7	2.8	1	0	731	320
19	五	胚芽飯	蔬菜蒸蛋	什錦烤麩	手工素包子	奶香燉白菜	海結蘿蔔湯	水果		4.5	2.9	1.6	2.3	1	0	737	152
六大類營養分析 - 月平均										4.8	2.3	1.5	2.5	1.0	0.5	717	
主菜種類(次/月)										主菜食材特性分析(次/月)					副菜食材分析(次/月)		
															其他分析(次/月)		
										生鮮食材					加工食品		
										調理食品					魚肉蛋類 其他		
11										11					2		
0										0					3		
0										0					0		
0										0					0		

●每月增加1瓶產銷履歷豆漿以符合學校午餐採用國產可溯源食材申請獎勵金條件。

蔬食日

油炸品，請適量攝取

●履歷豆漿為國產大豆，國產大豆為非基因改造，不含膽固醇且熱量低，富含蛋白質，適合成長中的學童飲用。

●“加菜”未列入營養成分分析：1/12履歷豆奶