

日期		星期		主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	附品	全雞(份)	五香雞(份)	雞架(份)	油雞(份)	水庫(份)	乳品(份)	熱量(大卡)
1	三	一. DIY招牌拌麵*		油麵	二. 中秋特餐:BBQ風味燒肉	三. 招牌拌料	五. 黑糖珍珠	四. 時蔬	豆沙包x1*	5.6	2.3	1.6	2.0	0.0	0.0	695
02		四		一. 白米飯	二. 義式香燒雞腿排x1	三. 玉米肉茸	五. 醬爆豆干*	四. 時蔬	水果x1	4.6	2.6	1.5	2.0	1.0	0.0	705
03		五		一. 胚芽飯*	二. 菇菇雞丁	三. 鮮菇高麗	五. 芝香海結*	四. 時蔬	保久乳*	4.0	2.0	2.1	2.0	0.0	1.0	673
07		二		一. 玉米飯	二. 三杯雞*	三. 脆炒白菜	五. 年糕甜條*	四. 時蔬	水果x1	4.2	2.4	1.8	2.0	1.0	0.0	669
08		三		一. 家常炒米粉*	二. 香嫩豬排x1	五. 關東煮*	五. 菇菇味噌湯*	四. 時蔬	肉包x1	4.0	3.0	1.6	2.0	0.0	0.0	635
09		四		一. 白米飯	二. 香菇肉燥	三. 南瓜炒蛋*	五. 鮮蔬冬粉	四. 時蔬	水果x1	4.2	2.5	2.0	2.2	1.0	0.0	691
13		一		一. 白米飯	二. 鍋燒肉片	三. 家常豆腐*	五. 蝦香豆薯*	四. 時蔬	保久乳*	4.2	2.7	1.9	2.0	0.0	1.0	734
14		二		一. 薏仁飯	二. 春川炒雞	三. 蒜香高麗	五. 紅燒冬瓜	四. 時蔬	水果x1	4.0	2.2	2.1	2.0	1.0	0.0	648
15		三		一. DIY番茄肉醬拌麵*	二. 照燒雞翅x1	三. 番茄肉醬	五. 肉骨茶湯*	四. 時蔬	銀絲卷x1*	4.0	2.7	1.6	2.0	0.0	0.0	613
16		四		一. 白米飯	二. 招牌咖哩豬	三. 黃金海芽炒蛋*	五. 清炒結頭菜	四. 時蔬	水果x1	4.5	2.5	1.7	2.2	1.0	0.0	704
17		五		一. 紫米飯	二. 鹹水雞	三. 沙茶寬粉*	五. 彩繪干絲	四. 時蔬	保久乳*	4.3	2.5	1.5	2.0	0.0	1.0	716
20		一		一. 白米飯	二. 薑汁燒肉*	三. 紅絲菇菇蛋*	五. 蝦香白菜*	四. 時蔬	保久乳*	4.3	2.5	1.8	2.2	0.0	1.0	733
21		二		一. 糙米飯	二. 酸菜魚丁*	三. 玉米四季	五. 黑椒洋芋	四. 時蔬	水果x1	4.5	2.2	1.5	2.0	1.0	0.0	668
22		三		一. 蔬食日 小米菇菇炊飯	二. 蠔油腐丁*	三. 鮮蔬炒筍	五. 味噌豆腐湯*	四. 時蔬	奶皇包x1*/ 履歷豆漿x1*	4.5	2.6	2.0	2.0	0.0	0.0	650
23		四		一. 白米飯	二. 特製雞排x1	三. 番茄燒豆腐*	五. 義式蔬菜	四. 時蔬	水果x1	4.3	2.5	1.8	2.0	1.0	0.0	684
27		一		一. 白米飯	二. 特製滷肉	三. 飄香滷味*	五. 鮮菇白菜	四. 時蔬	保久乳*	4.3	2.4	2.2	2.0	0.0	1.0	726
28		二		一. 小米飯	二. 沙嗲雞	三. 鮮炒銀芽	五. 塔香四季	四. 時蔬	水果x1	4.2	2.0	2.4	2.0	1.0	0.0	654
29		三		一. DIY日式味噌拌麵*	二. 照燒翅小腿x2	三. 日式味噌豬	五. 蘿蔔丸片湯*	四. 時蔬	海苔x1	4.0	2.2	1.5	2.1	0.0	0.0	577
30		四		一. 白米飯	二. 醬燒鮮魚*	三. 番茄炒蛋*	五. 脆炒高麗	四. 時蔬	水果x1	4.3	3.0	2.1	2.0	1.0	0.0	729
31		五		一. 燕麥飯*	二. 和風嫩雞	三. 滷香豆腐煲*	五. 彩繪玉米	四. 時蔬	保久乳*	4.2	2.8	1.6	2.0	0.0	1.0	734
本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3章1Q增加溯源水產品 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」																
*表示本菜色含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用																

日期	星期	主食	主菜	副菜一	副菜二	蔬菜	附品							
								金黃 雞腿 (80)	豆魚 蛋羹 (80)	雞腿 (100)	油雞 (100)	水果 (100)	乳品 (100)	熱量 (大卡)
01	三	一. DIY招牌拌麵* 油麵	二. 中秋特餐: BBQ風味凍腐* 凍豆腐+大白菜+香菇	三. 招牌拌料* 高麗菜+豆干片+紅蘿蔔+木耳	五. 黑糖珍珠 粉圓+黑糖	四. 時蔬	豆沙包 x1*	5.6	2.3	1.7	2.0	0.0	0.0	697
02	四	一. 白米飯 白米	二. 義式香燒豆腸* 豆腸+杏鮑菇	三. 玉米毛豆 玉米粒+白蘿蔔+毛豆仁	五. 醬爆豆干* 豆干+紅蘿蔔	四. 時蔬	水果 x1	4.6	2.5	1.6	2.0	1.0	0.0	700
03	五	一. 胚芽飯* 白米+胚芽米	二. 菇菇豆皮* 角螺+杏鮑菇+紅蘿蔔	三. 鮮菇高麗 高麗菜+香菇+紅椒	五. 芝香海結* 白蘿蔔+海帶結+白芝麻	四. 時蔬	保久乳* x1	4.0	2.0	2.2	2.0	0.0	1.0	675
07	二	一. 玉米飯 白米+玉米粒	二. 三杯油腐* 油豆腐+杏鮑菇+九層塔+薑	三. 脆炒白菜 大白菜+紅蘿蔔+金針菇	五. 年糕甜條 年糕+素甜條	四. 時蔬	水果 x1	4.3	2.4	2.0	2.0	1.0	0.0	681
08	三	一. 家常米粉* 米粉+高麗菜+素肉絲+紅蘿蔔	二. 魯味排x1 魯味排	五. 關東煮* 白蘿蔔+凍豆腐+玉米	五. 菇菇味噌湯* 豆腐+金針菇	四. 時蔬	南瓜小饅頭 x1*	4.0	3.1	2.0	2.0	0.0	0.0	653
09	四	一. 白米飯 白米	二. 香菇素肚* 素肚+香菇+杏鮑菇	三. 南瓜炒蛋* 蛋+南瓜+紅蘿蔔	五. 鮮蔬冬粉 綠豆芽+冬粉+木耳	四. 時蔬	水果 x1	4.2	2.5	2.1	2.2	1.0	0.0	693
13	一	一. 白米飯 白米	二. 鍋燒麵腸 麵腸+玉米段+紅椒	三. 家常豆腐* 豆腐+玉米筍+金針菇+木耳	五. 清炒豆薯 豆薯+紅蘿蔔	四. 時蔬	保久乳* x1	4.2	2.7	1.9	2.0	0.0	1.0	734
14	二	一. 薏仁飯 白米+洋薏仁	二. 馬鈴薯素雞* 素雞+馬鈴薯+紅蘿蔔	三. 紅絲高麗 高麗菜+紅蘿蔔	五. 紅燒冬瓜 冬瓜+香菇	四. 時蔬	水果 x1	4.0	2.2	2.2	2.0	1.0	0.0	650
15	三	一. DIY番茄拌麵* 義大利麵	二. 照燒花干* 花干	三. 番茄拌醬* 豆干+番茄+毛豆仁	五. 肉骨茶湯* 大白菜+金針菇+油片絲	四. 時蔬	銀絲卷 x1*	4.0	2.7	2.1	2.0	0.0	0.0	625
16	四	一. 白米飯 白米	二. 招牌咖哩油腐* 油豆腐+馬鈴薯+紅蘿蔔	三. 黃金海芽炒蛋* 蛋+玉米粒+海帶芽	五. 清炒結頭菜 結頭菜+紅蘿蔔+雪菜	四. 時蔬	水果 x1	4.5	2.5	2.0	2.2	1.0	0.0	712
17	五	一. 紫米飯 白米+紫米	二. 鹹水凍豆腐* 凍豆腐+高麗菜+玉米筍+杏鮑菇+薑	三. 素沙茶寬粉 寬粉+綠豆芽+紅椒	五. 彩繪干絲 干絲+木耳+紅蘿蔔	四. 時蔬	保久乳* x1	4.3	2.6	2.0	2.0	0.0	1.0	736
20	一	一. 白米飯 白米	二. 薑汁燒麵輪* 麵輪+高麗菜+薑+白芝麻	三. 紅絲菇菇蛋* 蛋+杏鮑菇+紅蘿蔔	五. 脆炒白菜* 大白菜+木耳+豆包	四. 時蔬	保久乳* x1	4.3	2.6	2.1	2.2	0.0	1.0	748
21	二	一. 糙米飯 白米+糙米	二. 酸菜豆包* 豆包+大白菜+冬粉+紅椒+酸菜+薑	三. 玉米四季 四季豆+玉米粒+紅蘿蔔	五. 黑椒洋芋 馬鈴薯+毛豆仁	四. 時蔬	水果 x1	4.4	2.2	2.0	2.0	1.0	0.0	673
22	三	一. 小米菇菇炊飯 白米+小米+杏鮑菇+香菇+毛豆仁	二. 素蠔油腐丁* 油豆腐+高麗菜+紅椒	三. 鮮蔬炒筍 鮮筍+紅蘿蔔	五. 味噌豆腐湯* 豆腐+海帶芽	四. 時蔬	奶皇包 x1*/ 履歷 豆漿 x1*	4.3	2.2	2.2	2.0	0.0	0.0	611
23	四	一. 白米飯 白米	二. 塔香黑干* 黑豆干+素甜不辣+九層塔	三. 番茄燒豆腐* 豆腐+番茄	五. 義式蔬菜 南瓜+杏鮑菇+玉米筍	四. 時蔬	水果 x1	4.8	2.3	1.4	2.0	1.0	0.0	694
27	一	一. 白米飯 白米	二. 特製豆腸* 豆腸+筍干+酸菜	三. 飄香滷味* 豆干+杏鮑菇+海帶結+紅蘿蔔	五. 鮮菇白菜 大白菜+香菇+鮮菇	四. 時蔬	保久乳* x1	4.3	2.4	2.3	2.0	0.0	1.0	729
28	二	一. 小米飯 白米+小米	二. 沙嗲豆干* 豆干+馬鈴薯+紅椒	三. 鮮炒銀芽 綠豆芽+紅蘿蔔+木耳	五. 塔香四季 四季豆+杏鮑菇+九層塔	四. 時蔬	水果 x1	4.2	2.0	2.4	2.0	1.0	0.0	654
29	三	一. DIY日式味噌拌麵* 烏龍麵	二. 日式味噌拌料 毛豆仁+玉米粒+木耳	三. 照燒豆包* 豆包+玉米筍+紅蘿蔔	五. 蘿蔔丸片湯 白蘿蔔+蒟蒻貢丸+紅蘿蔔	四. 時蔬	海苔 x1	4.3	2.2	1.7	2.1	0.0	0.0	603
30	四	一. 白米飯 白米	二. 醬燒素肚* 素肚+馬鈴薯+香菇	三. 番茄炒蛋* 蛋+番茄	五. 脆炒高麗 高麗菜+木耳	四. 時蔬	水果 x1	4.3	2.5	2.2	2.0	1.0	0.0	694
31	五	一. 燕麥飯* 白米+燕麥	二. 和風麵輪 麵輪+杏鮑菇+玉米筍	三. 滷香豆腐煲* 油豆腐+木耳+紅蘿蔔+花生	五. 彩繪玉米 玉米粒+結頭菜+毛豆仁	四. 時蔬	保久乳* x1	4.0	2.6	1.8	2.1	0.0	1.0	715
本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米 ◆表示3年1Q增加溯源水產品 ★表示炸物 ◎表示加工品 / 本菜單「未使用輻射污染食品」														
*表示本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用														