

※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 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 附品 | ***** | ***** | ***** | ***** | ***** |
|----|----|-------------------|--|---|----------------|--|-------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 2 | 一 | 白飯 白米 | ◎★香脆雞X3 雞肉-炸 / 卜蜂 | 打拋豬肉 豬絞肉, 蔬菜-滷 | 有機蔬菜 (高麗菜) | 金針排骨湯 蔬菜, 金針, 豬肉 | | 6.3 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 791 |
| 3 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 里肌肉排X1 肉排-燒 | 微青醬嫩雞 雞肉, 菇-炒 | 有機蔬菜 | △綠豆粉條 綠豆, 粉條 | 乳品 +水果 (過敏原: 奶製品) | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 |
| 4 | 三 | 薏仁飯 白米, 薏仁 | 馬鈴薯燉肉 豬肉, 馬鈴薯-燉 | 雞汁毛豆炒蛋 (※過敏原: 蛋奶製品) 雞蛋, 雞絞肉, 毛豆-炒 | 綠色蔬菜 | 昆布蔬菜湯 昆布, 蔬菜 | | 6.2 | 2.5 | 2.3 | 2.0 | 775 |
| 5 | 四 | 鍋炒意麵 麵 | 肉香雙片 (※過敏原: 豆製品) 豬肉, 豆干片-炒 | 蒲燒魚X1 (※過敏原: 海鮮製品) 魚-蒸 | 有機蔬菜 | 紅棗香菇雞湯 蔬菜, 香菇, 雞肉, 紅棗 | 水果 | 6.5 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 801 |
| 6 | 五 | 五穀飯 白米, 穀物 | 堅果雞丁 (※過敏原: 堅果) 雞肉, 蔬菜, 堅果-炒 | 韓式豚豆腐煲 (※過敏原: 豆製品) 豆腐, 蔬菜, 豬絞肉-燒 | 綠色蔬菜 | 鮮瓜湯 鮮瓜, 豬肉 | | 6.2 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 780 |
| 9 | 一 | 胚芽飯 白米, 胚芽 | 三杯鮑菇雞 *有機杏鮑菇 雞肉, 杏鮑菇-炒 | 肉燥蒸蛋 (※過敏原: 豆製品) 雞蛋, 豬絞肉-蒸 | 有機蔬菜 (山東大白) | 麵線羹 麵線, 蔬菜 | | 6.5 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 801 |
| 10 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 咖哩肉醬 豬絞肉, 馬鈴薯-炒 | ◎★麥香雞X1 雞肉-炸 / 卜蜂 | 有機蔬菜 | 紫菜蛋花湯 (※過敏原: 蛋奶製品) 紫菜, 雞蛋 | 乳品 +水果 (過敏原: 奶製品) | 6.3 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 791 |
| 11 | 三 | 白飯 白米 | 避風塘風味雞 雞肉, 蔬菜, 蒜-炒 | 招牌滷肉 (※過敏原: 豆製品) 豬絞肉, 干丁-滷 | 綠色蔬菜 | 砂鍋豆腐湯 (※過敏原: 豆製品) 豆腐, 白菜, 金菇, 豆皮 | | 6.2 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 780 |
| 12 | 四 | 海苔香鬆飯 白米, 海苔香鬆 | 鐵板肉絲 豬肉, 洋蔥-炒 | 金沙風味腐 (※過敏原: 豆製品) 豆腐, 雞絞肉, 南瓜-煮 | 有機蔬菜 | △山粉圓甜湯 山粉圓 | 水果 | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 |
| 13 | 五 | 紅豆飯 白米, 紅豆 | 義式肉排X1 肉排-燒 | 醬炒雞肉 雞肉, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 玉米雞湯 玉米, 雞肉, 蔬菜 | | 6.5 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 801 |
| 16 | 一 | 紫米飯 白米, 紫米 | 芝香照燒雞丁 雞肉, 蔬菜, 芝麻-燒 | 胡蘿蔔炒蛋 (※過敏原: 蛋奶製品) 雞蛋, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | △珍珠撞奶 (※過敏原: 蛋奶製品) 珍珠, 奶粉 | | 6.5 | 2.5 | 2.3 | 2.0 | 796 |
| 17 | 二 | 有機白飯 有機白米 | ★糖醋魚丁X2 (生鮮水產品) (※過敏原: 海鮮製品) 魚-炸, 燒 | 塔香風味雞 雞肉, 米血糕-炒 | 有機蔬菜 | 冬瓜排骨湯 冬瓜, 豬肉 | 乳品 +水果 (過敏原: 奶製品) | 6.4 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 788 |
| 18 | 三 | 白飯 白米 | 茄汁薯塊豬 豬肉, 馬鈴薯, 胡蘿蔔-燉 | 啵啵玉米雞 雞絞肉, 玉米-炒 | 綠色蔬菜 | 綜合蔬菜湯 蔬菜 | | 6.5 | 2.5 | 2.3 | 2.0 | 796 |
| 19 | 四 | 炸醬拌麵 麵 | 香滷雞排X1 雞肉-滷 | 翡翠芽菜 黃豆芽, 木耳, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | 糯米雞湯 雞肉, 糯米 | 水果 | 6.5 | 2.5 | 2.3 | 2.0 | 796 |
| 20 | 五 | 白飯 白米 | 小棒腿X2 小棒腿-滷 | 泡菜肉片 肉片, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 肉骨茶湯 豬肉, 馬鈴薯 | | 6.3 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 787 |
| 23 | 一 | 白飯 白米 | 鐵路排骨X1 排骨-滷 | 卡非咖哩雞 雞肉, 馬鈴薯, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | △燒仙草 仙草, 綠豆, 大豆 | TAP 豆奶 (過敏原: 豆製品) | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 |
| 24 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 醍醐豬肉 豬肉, 蔬菜-滷 | 蕃茄滑蛋 (※過敏原: 蛋奶製品) 雞蛋, 蕃茄-炒 | 有機蔬菜 | 味噌豆腐湯 (※過敏原: 豆製品) 豆腐, 蔬菜 | 乳品 +水果 (過敏原: 奶製品) | 6.3 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 787 |
| 25 | 三 | 小米飯 白米, 小米 | 年糕雞丁 雞肉, 年糕, 蔬菜-炒 | 豬肉小炒 (※過敏原: 豆製品) 豆干, 豬肉絲-炒 | 綠色蔬菜 | 刺瓜魚丸湯 (※過敏原: 海鮮製品) 刺瓜, 魚丸 | | 6.4 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 794 |
| 26 | 四 | 白醬義大利麵 義大利麵 | ★金黃雞翅X1 雞肉-炸 | 肉絲花椰 花椰, 甜椒, 肉絲-炒 | 有機蔬菜 | 拿波里蕃茄湯 蔬菜, 蕃茄 | 水果 | 6.5 | 2.5 | 2.5 | 2.0 | 805 |
| 27 | 五 | 白飯 白米 | 麻油風味雞 雞肉, 蔬菜-炒 | 肉滷四角腐 (※過敏原: 豆製品) 豬絞肉, 香菇, 油腐, 毛豆-滷 | 綠色蔬菜 | 紅燒蘿蔔湯 蘿蔔, 豬肉 | | 6.3 | 2.4 | 2.5 | 2.0 | 784 |
| 30 | 一 | 蕎麥飯 白米, 蕎麥 | 菇香燉雞 雞肉, 菇, 蔬菜-燉 | 番茄肉蓉粉絲 豬絞肉, 蕃茄, 粉絲-炒 | 有機蔬菜 | 酸菜豬肉鍋 (※過敏原: 豆製品) 酸菜, 白菜, 豬肉, 豆腐 | | 6.5 | 2.5 | 2.3 | 2.0 | 796 |
| 31 | 二 | 雞肉有機飯 有機白米, 雞肉 | 筍燒豬肉 豬肉, 筍, 梅菜-燒 | 玉米炒蛋 (※過敏原: 蛋奶製品) 雞蛋, 玉米-炒 | 有機蔬菜 | 十全養生湯 高麗菜, 菇 | | 6.4 | 2.5 | 2.4 | 2.0 | 794 |

◆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) | | |
|-----------|-------|---------------|-----|------|---------------|------------|-----------|-----|----|
| 豆類及其製品 | 魚肉及海鮮 | 豬肉 | 雞肉 | 生鮮食材 | ◎調理食品 | ◎加工食品 | ★油炸品 | △甜湯 | |
| 0次 | 1次 | 10次 | 11次 | 21次 | 1次 | 魚、肉類 1次 | 其他 0次 | 4次 | 4次 |

※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：陳俞理(營養字第008067號)

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜一 | 副菜一 | 副菜二 | 蔬菜 | 湯 | 附品 |
|----|----|-------------------|------------------------|-------------------------|----------------------------|------|-------------------------|-------------------------|
| 2 | 一 | 白飯 白米 | 葷菇豆皮 豆皮, 菇-滷 | 打拋干丁 素干丁, 蔬菜-炒 | 有機高麗 有機高麗 | 綠色蔬菜 | 金針蔬菜湯 蔬菜, 金針 | |
| 3 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 微青醬嫩腐 豆腐, 菇, 蔬菜-炒 | 爆炒黑片 黑豆干片, 木耳-炒 | 藜麥玉米 玉米, 藜麥-煮 | 有機蔬菜 | 綠豆粉條 綠豆, 粉條 | 乳品+水果 (過敏原: 奶製品) |
| 4 | 三 | 薏仁飯 白米, 薏仁 | 芝香三柳 蔬菜, 干絲, 芝麻-炒 | 鍋燉綜合菜 番茄, 馬鈴薯, 胡蘿蔔-燉 | 油香燒腐 油腐, 毛豆, 木耳-燒 | 綠色蔬菜 | 昆布蔬菜湯 昆布, 蔬菜 | |
| 5 | 四 | 鍋炒意麵 麵 | 爆炒雙片 豆干片, 筍片, 木耳-炒 | ★山藥捲X1 山藥-炸 | 胡蘿花椰 花椰菜, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | 紅棗香菇燉湯 蔬菜, 香菇, 紅棗 | 水果 |
| 6 | 五 | 五穀飯 白米, 穀物 | 堅果彩繪麵腸 麵腸, 彩椒, 堅果-炒 | 韓式豆腐煲 豆腐, 蔬菜-燒 | 粉絲白菜 白菜, 粉絲, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 鮮瓜湯 鮮瓜, 素肉 | |
| 9 | 一 | 胚芽飯 白米, 胚芽 | 絲絲炒豆包 豆包, 蔬菜-炒 | 田園雙色 玉米, 馬鈴薯-炒 | 有機白菜 有機白菜 | 綠色蔬菜 | 麵線羹 麵線, 蔬菜 | |
| 10 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 毛豆嫩腐 豆腐, 毛豆-燒 | 咖哩馬鈴薯 素絞肉, 馬鈴薯-炒 | 翠炒高麗 高麗菜, 胡蘿蔔, 木耳-炒 | 綠色蔬菜 | 紫菜油片湯 紫菜, 油片 | 乳品+水果 (過敏原: 奶製品) |
| 11 | 三 | 白飯 白米 | 四喜烤麩 烤麩, 蔬菜-燒 | 香滷干丁 素絞肉, 干丁-滷 | 木耳時瓜 時瓜, 木耳, 胡蘿蔔-炒 | 綠色蔬菜 | 砂鍋豆腐湯 豆腐, 白菜, 金菇, 豆皮 | |
| 12 | 四 | 海苔香鬆飯 白米, 海苔香鬆 | 素蟹黃滑腐 豆腐, 蔬菜, 南瓜-煮 | 蒟蒻關東煮 蘿蔔, 蒟蒻-煮 | 匯拌豆干 豆干片, 素火腿, 蔬菜-炒 | 有機蔬菜 | 山粉圓甜湯 山粉圓 | 水果 |
| 13 | 五 | 紅豆飯 白米, 紅豆 | 蜜汁花干X1 花干-燒 | 彩蔬炒絲 豆干絲, 蔬菜-炒 | 葷菇高麗菜 高麗菜, 葷菇, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 玉米蔬菜湯 玉米, 蔬菜 | |
| 16 | 一 | 紫米飯 白米, 紫米 | 紅燒豆腐 豆腐, 毛豆-炒 | 麻油猴頭菇 猴頭菇, 蔬菜, 豆皮-燉 | 南瓜蓮子 南瓜, 蓮子-煮 | 有機蔬菜 | 珍珠撞奶 珍珠, 奶粉 | |
| 17 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 糖醋腐竹 腐竹, 蔬菜-燒 | 醬香三拼 油腐, 百頁, 素米血糕-炒 | 白菜粉絲煲 白菜, 胡蘿蔔, 香菇, 粉絲-炒 | 有機蔬菜 | 冬瓜湯 冬瓜 | 乳品+水果 (過敏原: 奶製品) |
| 18 | 三 | 白飯 白米 | 玉米炒腐 豆腐, 玉米-炒 | 茄汁薯塊 馬鈴薯, 胡蘿蔔-燉 | 珍菇黃瓜 黃瓜, 菇, 胡蘿蔔-煮 | 綠色蔬菜 | 綜合蔬菜湯 蔬菜 | |
| 19 | 四 | 炸醬拌麵 麵 | 鍋蔬干片 豆干, 蔬菜-炒 | ★馬蹄條X1 馬蹄條-炸 | 翡翠芽菜 黃豆芽, 木耳, 胡蘿蔔-炒 | 有機蔬菜 | 菇菇燉湯 菇, 蔬菜 | 水果 |
| 20 | 五 | 白飯 白米 | 泡菜凍腐 凍腐, 蔬菜-炒 | 高麗豆皮滷 高麗菜, 豆皮, 蔬菜-滷 | 鮑菇紫茄 茄子, 杏鮑菇-炒 | 綠色蔬菜 | 素肉骨茶湯 素肉, 馬鈴薯, 枸杞 | |
| 23 | 一 | 白飯 白米 | 客家黑干 黑豆干, 酸菜-燒 | 咖哩雙色 馬鈴薯, 胡蘿蔔-炒 | 翠炒津白 白菜, 蔬菜-炒 | 有機蔬菜 | 燒仙草 仙草, 綠豆, 大豆 | TAP 豆奶 (過敏原: 豆製品) |
| 24 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 香滷麵輪 麵輪, 蔬菜-滷 | 蔬香干絲 蔬菜, 干絲-炒 | 蔬燉鸚嘴豆 鸚嘴豆, 蔬菜-燉 | 有機蔬菜 | 味噌豆腐湯 豆腐, 蔬菜 | 乳品+水果 (過敏原: 奶製品) |
| 25 | 三 | 小米飯 白米, 小米 | 蒲燒豆包 豆包-燒 | 年糕拌芽 年糕, 蔬菜-炒 | 炒高麗菜 高麗菜, 蔬菜-炒 | 綠色蔬菜 | 刺瓜素丸湯 刺瓜, 素丸 | |
| 26 | 四 | 茄汁義大利麵 義大利麵 | 蘑菇玉米腐 豆腐, 蘑菇, 玉米-炒 | 芋泥包X1 芋泥包-蒸 | 彩繪花椰 花椰, 甜椒-炒 | 有機蔬菜 | 拿波里蕃茄湯 蔬菜, 蕃茄 | 水果 |
| 27 | 五 | 白飯 白米 | 麻油豆腸 豆腸, 蔬菜-炒 | 香滷四角腐 香菇, 油腐, 毛豆-滷 | 菇煮時瓜 時瓜, 菇-煮 | 綠色蔬菜 | 紅燒蘿蔔湯 蘿蔔, 豆皮 | |
| 30 | 一 | 蕎麥飯 白米, 蕎麥 | 菇香豆皮 豆皮, 菇, 蔬菜-燉 | 醬炒冬粉 蔬菜, 冬粉-炒 | 什錦高麗 高麗菜, 蔬菜-炒 | 有機蔬菜 | 酸菜豆腐鍋 酸菜, 白菜, 豆腐 | |
| 31 | 二 | 有機白飯 有機白米 | 筍燒嫩腐 豆腐, 筍, 梅菜-燒 | 田園玉米 玉米, 蔬菜-炒 | 綜合滷味 海帶片, 豆干滷 | 有機蔬菜 | 十全養生湯 高麗菜, 菇 | |

◆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，不適合對其過敏體質者食用。