

※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：阮芯惠(營養字第012821號)

日期	星期	主食	主菜一	副菜一	副菜二	湯	附品	全蛋雞類份	玉米金肉類份	海苔肉類手類份	蔬菜類份	熱量/大卡	
2	一	糙米飯 白米,糙米	筍香燉肉 豬肉,筍,梅干菜-燉	洋蔥炒蛋 雞蛋液,洋蔥-炒	有機蔬菜	△珍珠撞奶 珍珠,奶粉(※過敏原:蛋奶製品)		6.0	2.4	2.4	2.0	758	
3	二	有機白飯 有機白米	南洋椰漿雞 雞肉,馬鈴薯,胡蘿蔔-炒	豆干肉柳 豬肉,豆干-炒(※過敏原:豆製品)	有機蔬菜	酸菜肉片湯 蔬菜,酸菜,豬肉	水果	6.0	2.5	2.5	2.0	770	
4	三	白飯 白米	紅燒精選海鮮 (生鮮水產品) 虱目魚柳-塊(※過敏原:海鮮製品)	蔬拌雞絲 雞肉,蔬菜-炒	綠色蔬菜	香菇排骨湯 豬肉,菇		6.1	2.5	2.5	2.0	777	
5	四	DIY拌麵 *搭配打拋* 麵	台式打拋豬 豬絞肉,蔬菜-炒	★鹹酥雞X3 雞肉-炸	有機蔬菜	鮮瓜湯 鮮瓜,蔬菜		6.0	2.4	2.3	2.0	754	
6	五	紅藜飯 白米,紅藜	清炒雞丁 雞肉,蔬菜-炒	醬燒肉丸X1 肉丸-燒 / 津谷	綠色蔬菜	立冬麻油雞湯 高麗菜,雞肉,菇		6.0	2.4	2.5	2.0	763	
9	一	麥片飯 白米,麥片	菇菇炒雞 (有機杏鮑菇) 雞肉,菇,-炒	肉香燴豆腐 豆腐,豬絞肉-燴(※過敏原:豆製品)	有機蔬菜	蘿蔔湯 蘿蔔		6.0	2.4	2.5	2.0	763	
10	二	有機白飯 有機白米	三杯雞 雞肉,油蔥-炒(※過敏原:豆製品)	玉米炒蛋 雞蛋液,玉米-炒(※過敏原:蛋奶製品)	有機蔬菜	△綠豆薏仁 綠豆,薏仁	水果	6.0	2.4	2.4	2.0	758	
11	三	白飯 白米	蜜香精選豬排X1 豬排-燒	咖哩雞茸肉醬 雞絞肉,馬鈴薯,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	金針排骨湯 蔬菜,排骨,金針		5.9	2.4	2.3	2.0	747	
12	四	雞汁飯 白米,雞肉	回鍋肉絲 豆干,豬肉-炒(※過敏原:豆製品)	魷魚丸X2 魷魚丸-烤 / 立品 (※過敏原:海鮮製品)	有機蔬菜	南瓜蔬菜湯 南瓜,蔬菜		5.9	2.5	2.3	2.0	754	
13	五	五穀飯 白米,五穀米	白菜雞丁 雞肉,白菜-炒	地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤	綠色蔬菜	竹筍肉絲湯 竹筍,豬肉		6.0	2.5	2.4	2.0	766	
16	一	胚芽飯 白米,胚芽	蔥油雞 雞肉,蔬菜,蔥-炒	胡蘿蔔炒蛋 胡蘿蔔,雞蛋液-炒(※過敏原:蛋奶製品)	有機蔬菜	洋芋小排湯 洋芋,豬肉		5.9	2.5	2.4	2.0	759	
17	二	有機日式風味飯 有機白米,甜蝦,海苔絲	醬燒精選海鮮 (生鮮水產品) 飛魚魚X1-塊(※過敏原:海鮮製品)	金粒雞丁 雞肉,玉米-炒	有機蔬菜	味噌湯 豆腐,蔬菜(※過敏原:豆製品)	水果	6.2	2.5	2.5	2.0	784	
18	三	白飯 白米	南瓜白醬雞 雞肉,南瓜,奶粉-煮(※過敏原:蛋奶製品)	洋蔥肉絲 豬肉,洋蔥-炒	綠色蔬菜	風味雞湯 蔬菜,雞肉		5.9	2.5	2.4	2.0	759	
19	四	燕麥飯 白米,燕麥	泡菜肉片 豬肉,白菜-炒	彩繪干絲 干絲,蔬菜-炒(※過敏原:豆製品)	有機蔬菜	△山粉圓甜湯 山粉圓,冬瓜磚	TAP豆奶 (無糖)(豆製品)	6.1	2.5	2.4	2.0	773	
20	五	白飯 白米	鮮菇雞絲 雞肉,菇-炒	肉醬馬鈴薯 豬絞肉,馬鈴薯-燉	綠色蔬菜	蔬菜蛋花湯 蔬菜,雞蛋液(※過敏原:蛋奶製品)		6.0	2.4	2.4	2.0	758	
23	一	蕎麥飯 白米,蕎麥	迷迭香燉肉 豬肉,蔬菜-燉	滷蛋X1 雞蛋-滷(※過敏原:蛋奶製品)	有機蔬菜	△仙草甜湯 仙草汁,紅豆,QQ圓		5.9	2.5	2.4	2.0	759	
24	二	有機白飯 有機白米	照燒雞 雞肉,馬鈴薯-燒	豬肉小炒 豬肉,豆干-炒(※過敏原:豆製品)	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯 蘿蔔,排骨	水果	6.0	2.4	2.4	2.0	758	
25	三	白飯 白米	古早味雜醬 豬絞肉,干丁-滷(※過敏原:豆製品)	麥克雞塊X2 雞肉-烤 / 卜蜂	綠色蔬菜	珍菇雞湯 蔬菜,雞肉,菇		6.1	2.5	2.4	2.0	773	
26	四	義大利麵 義大利麵	★酥炸 精選腿排X1 雞肉-炸	義式肉醬 豬絞肉,蔬菜-炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米,馬鈴薯		6.0	2.5	2.5	2.0	770	
27	五	小米飯 白米,小米	咖哩豬 豬肉,馬鈴薯,胡蘿蔔-炒	木耳雞絲 雞絲,木耳-炒	綠色蔬菜	日式味噌湯 豆腐,蔬菜(※過敏原:豆製品)		6.0	2.5	2.4	2.0	766	
30	一	白飯 白米	糖醋雞丁 雞肉,蔬菜-炒	絞肉豆腐 豬絞肉,豆腐-炒(※過敏原:豆製品)	有機蔬菜	羅宋湯 番茄,蔬菜		5.9	2.4	2.4	2.0	751	
◆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)				
全蛋及蛋製品	雞肉及海鮮	豬肉	雞肉	主料食材	◎調理食品	◎加工食品		魚、肉類		◎其他		★油炸品	△甜湯
0次	2次	8次	11次	21次	0次	1次		4次		1次		2次	4次