



本公司使用之生鮮食材皆為國產、非輻射污染食品及非基因改造食材並符合三章一0規範，敬請安心食用。
 電話：(02)29851830 傳真：(02)29806364 地址：新北市三重區國道一段59號。已投保明台產物1億產品責任險。
 營養師：陳冠瑜(營養字第009647號)、郭麗嘉(營養字第011610)、余珮柔(營養字第008066)、許正玲(營養字第011822)、陳奕巨(營養字第012095)、陳威銘(營養字第012097)
 ©本菜單加註：★代表為炸物

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附註	全糖	亞糖	甜糖	水果	熱帶		
1	四	糙米飯	蒸蛋 雞蛋、蒸	塔香黑豆干 黑豆干、蔬菜、油	海帶粉絲 海帶芽、冬粉、蔬菜、炒	產銷蔬菜	冬瓜薏米湯 冬瓜、薏仁、豬肉		5.3	2.5	2.1	2.6	728	
蔬食日														
2	五	白飯	古早味瓜仔肉 豬肉、蔬菜、炒	B3Q黑輪棒×1 ●黑輪、燒	蝦香高麗 高麗菜、蔬菜、蝦皮、炒	產銷蔬菜	大海湯 豆腐、蔬菜、雞蛋		5.7	2.5	2.1	2.6	756	
5	一	雜糧飯	奶醬南瓜雞 雞肉、南瓜、蔬菜、奶粉、煮	肉燥蒸蛋 雞蛋、豬絞肉、蔬菜、蒸	蒜炒四季 豌豆、蔬菜、蒜、煮	產銷蔬菜	玉米蛋花湯 玉米、雞蛋	水櫃(中櫃)	5.3	2.5	2.2	2.5	1	786
6	二	義式白醬筆管麵	卡滋豬排×1 豬排、燒	★檸檬雞柳條×2 ●雞柳條、炸	木耳高麗 高麗菜、木耳、炒	有機蔬菜	味噌海苔湯 海帶芽、味噌	水櫃(中櫃)	5.5	2.5	2	2.5	1	795
7	三	小米飯	三杯雞 雞肉、豆腐、蔬菜、炒	可樂餅×1 ●可樂餅、炸	鐵板銀芽 豆芽菜、蔬菜、炒	產銷蔬菜	金針排骨湯 金針花、蔬菜、豬肉		5.5	2.5	2	2.6	740	
8	四	白飯	玉米炒蛋 雞蛋、玉米、炒	酢醬豆干 豆干、蔬菜、煮	紅燒冬瓜 冬瓜、蔬菜、煮	產銷蔬菜	鮮蔬菇菇湯 蔬菜、菇		5.5	2.5	1.9	2.6	737	
蔬食日														
9	五	紫米飯	蘑菇醬爆雞 雞肉、蔬菜、蘑菇、煮	竹筍炒肉絲 竹筍、豬肉、蔬菜、炒	紅片花椰 花椰菜、紅蘿蔔、炒	產銷蔬菜	洋芋豚骨湯 蔬菜、豬肉		5.3	2.4	2.2	2.5	719	
12	一	白飯	泰式打拋豬 豬肉、蔬菜、炒	香雞堡排×1 ●香雞堡排、炸	針菇扁蒲 扁蒲、金針菇、蔬菜、炒	產銷蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐、味噌、柴魚	水櫃(中櫃)	5.5	2.5	2	2.5	1	795
13	二	大麥飯	★鹹酥雞×4 雞肉、蔬菜、炸	咖哩豆腐煲 豆腐、蔬菜、煮	熱炒甘藍 高麗菜、蔬菜、炒	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米、蔬菜、雞蛋、奶粉	水櫃(中櫃)	5.3	2.5	2	2.6	1	786
14	三	白飯	紐澳良烤腿排×1 雞排、炸	海苔小丸子×2 ●魷魚丸、海苔、炸	玉筍花椰 花椰菜、玉米筍、炒	產銷蔬菜	薑絲冬瓜湯 冬瓜、薑		5.7	2.4	1.9	2.5	739	
15	四	什錦香鬆炒飯	五香蘭花干×1 蘭花干、油	紅蘿蔔炒蛋 雞蛋、紅蘿蔔、炒	螞蟻上樹 蔬菜、冬粉、豬肉、炒	產銷蔬菜	韓式海苔湯 海帶芽、小魚干		5.7	2.3	2.1	2.6	741	
蔬食日														
16	五	白飯	梅汁排骨×4 豬肉、白芝麻、燒	總匯干丁 豆干、蔬菜、炒	蛋酥白菜 白菜、蔬菜、蝦皮、蛋酥、煮	產銷蔬菜	芹菜蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜、雞肉		5.5	2.5	2	2.6	740	
19	一	日式豚肉炒麵	★脆皮雞翅×1 三節雞翅、炸	沙嗲獅子頭×1 ●獅子頭、蔬菜、煮	韭香銀芽 豆芽菜、韭菜、木耳、炒	產銷蔬菜	清燉排骨湯 蔬菜、玉米、豬肉	水櫃(中櫃)	5.7	2.5	2.1	2.5	1	812
20	二	白飯	無錫排骨 豬肉、蘿蔔、燒	洋芋炒蛋 雞蛋、馬鈴薯、蔬菜、炒	五香滷海結 海帶結、蔬菜、滷	有機蔬菜	紫菜蛋花湯 海帶芽、雞蛋	水櫃(中櫃)	5.3	2.5	2.2	2.5	1	786
21	三	藜麥飯	年糕醬拌雞 雞肉、蔬菜、年糕、泡菜、炒	蒜蓉蝦豆腐 豆腐、蝦仁、蒜、蒜、煮	鮮菇四季 豌豆、鮮菇、炒	產銷蔬菜	福菜鮮筍湯 筍、蔬菜、豬肉		5.5	2.4	2.1	2.5	730	
22	四	白飯	滷蛋×1 雞蛋、滷	麥克雞塊×2 ●雞塊、炸	蒜酥高麗 高麗菜、蔬菜、蒜酥、炒	產銷蔬菜	巧達濃湯 蔬菜、雞蛋、奶粉		5.5	2.5	2.1	2.6	742	
蔬食日														
23	五	燕麥飯	青醬嫩雞 雞肉、蔬菜、奶粉、燒	客家小炒 豆干、蔬菜、魷魚、煮	彩椒花椰 花椰菜、彩椒、炒	產銷蔬菜	蘿蔔昆布湯 蘿蔔、海帶		5.5	2.5	2.1	2.6	742	
26	一	香菇肉絲油飯	醬燒豬排×1 豬排、燒	魚丸關東煮 ●魚丸、油豆腐、煮	日式拌雙芽 蔬菜、海帶芽、白芝麻、煮	產銷蔬菜	鮮瓜燻雞湯 鮮瓜、雞肉	水櫃(中櫃)	5.3	2.4	2.1	2.6	1	781
27	二	麥片飯	★椒鹽魚丁×3 生鮮魚塊、炸	酢醬肉燥 豆干、豬肉、蔬菜、炒	翠炒筍片 竹筍、蔬菜、炒	有機蔬菜	味噌湯 蔬菜、味噌	水櫃(中櫃)	5.3	2.5	2	2.6	1	786
28	三	白飯	蒜泥肉片 豬肉、蔬菜、蒜、煮	菜脯炒蛋 雞蛋、菜脯、炒	絲瓜麵線 絲瓜、麵線、蔬菜、蝦皮、煮	產銷蔬菜	海苔玉米湯 海帶芽、玉米、柴魚		5.5	2.5	2	2.5	735	
29	四	芝麻飯	古早味蒸蛋 雞蛋、豬絞肉、蔬菜、蒸	照燒小丸子×2 ●魷魚丸、炸	總匯甜豆 豌豆、蔬菜、炒	產銷蔬菜	針菇蛋花湯 金針菇、雞蛋		5.7	2.5	2	2.6	754	
蔬食日														

~~~~端午連假~~~~

《節慶吃什麼—「食五子」迎端午》  
 臺灣習俗中，端午節除了吃「粽子」，還可以搭配「茄子、豆子(敬豆)、桃子、李子」等時令蔬果所組成的五子，做成「午時菜」並在端午節的午時吃下，能有長壽、避邪、清熱解毒的效果。吃粽子搭配蔬菜，均衡飲食過端午。  
 →本菜單含有堅果、芝麻、含麩質穀類、大豆等食材，有過敏質者，敬請小心食用！  
 ◎過敏原包含：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 含亞硝酸鹽類製品

