

※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	主菜二	副菜一	青菜	湯	附品	6.5	2.5	2.5	2.0	805
3	一	白飯 白米	筍香燉肉 豬肉,筍,梅干菜-燉	洋蔥雞茸蛋 洋蔥,蛋,雞絞肉-炒	招牌滷味 海帶,豆干-滷	綠色蔬菜	鮮瓜丸子湯 鮮瓜,蔬菜,丸子	乳品					
4	二	白飯 白米	咖哩雞 雞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔-炒	豆干小炒豬 豬肉,豆干-炒	木耳高麗 高麗菜,木耳-炒	綠色蔬菜	珍珠撞奶 珍珠,奶		6.5	2.4	2.7	2.0	807
5	三	有機白飯 有機白米	菇菇燉雞 雞肉,菇,蔬菜-燉	橙汁魚片X1 魚-燒	田園玉米 玉米,毛豆-炒	有機蔬菜	酸菜肉片湯 蔬菜,酸菜,豬肉		6.2	2.5	2.6	2.0	789
6	四	DIY拌麵 *搭配打拋* 麵	★酥炸雞翅X1 雞肉-炸	台式打拋豬肉 豬肉,蔬菜-炒	翠炒白菜 白菜,蔬菜-炒	有機蔬菜	味噌湯 豆腐,蔬菜	水果	6.5	2.3	3.0	2.0	813
7	五	白飯 白米	金粒炒雞 雞肉,玉米,胡蘿蔔-炒	甜條豬柳 豬肉,甜不辣-炒	柴魚花椰 花椰菜,柴魚-炒	有機蔬菜	立冬麻油雞湯 蔬菜,雞肉		6.5	2.5	2.7	2.0	814
10	一	白飯 白米	★▲鹹酥雞X3 雞肉-炸	白菜拌肉 白菜,豬肉,蔬菜-炒	清香炒筍 筍,毛豆-炒	綠色蔬菜	綠豆薏仁 綠豆,薏仁	乳品	6.5	2.4	2.7	2.0	807
11	二	白飯 白米	三杯雞 雞肉,米血-炒	玉米肉茸蛋 雞蛋,玉米,豬絞肉-炒	紅絲海帶 海帶,胡蘿蔔-炒	綠色蔬菜	冬瓜排骨湯 冬瓜,蔬菜,排骨		6.3	2.5	2.9	2.0	809
12	三	有機白飯 有機白米	洋蔥肉絲 豬肉,洋蔥-炒	醬燒魚X2 魚-燒	珍菇高麗 高麗菜,菇,蔬菜-炒	有機蔬菜	麵線羹 麵線,蔬菜		6.4	2.4	2.5	2.0	791
13	四	雞汁飯 白米,雞肉	滷雞排X1 雞排-滷	回鍋肉片 豆干,豬肉-炒	白菜滷 白菜,蔬菜-炒	有機蔬菜	蘿蔔湯 蘿蔔	水果	6.5	2.5	3.0	2.0	828
14	五	小米飯 白米,小米	蜜汁炒雞 雞肉,蔬菜-炒	紅燒肉燥腐 豆腐,豬絞肉-燒	蔬燴時瓜 時瓜,蔬菜-炒	有機蔬菜	竹筍豬肉湯 竹筍,豬肉		6.3	2.5	2.8	2.0	805
17	一	校慶補假不供餐											
18	二	香鬆海苔飯 白米,香鬆	糖醋魚排X1 (生鮮水產品) 魚-炸燒	白菜燉雞 雞肉,白菜,蔬菜-燉	關東煮 蘿蔔,油腐-煮	綠色蔬菜	紅棗瘦肉湯 蔬菜,豬肉,紅棗	乳品	6.5	2.5	2.7	2.0	814
19	三	有機白飯 有機白米	五香燒肉 豬肉,蔬菜-燒	▲雞塊X2 雞肉-烤	啵啵玉米 玉米,蔬菜-炒	有機蔬菜	風味雞湯 蔬菜,雞肉		6.3	2.5	3.0	2.0	814
20	四	白飯 白米	泡菜肉片 豬肉,白菜,洋蔥-炒	雞汁粉絲煲 雞絞肉,粉絲,木耳-炒	腐皮滷菜 黃豆芽,腐皮,胡蘿蔔-炒	有機蔬菜	紅豆麥片 紅豆,麥片	水果	6.5	2.5	2.7	2.0	814
21	五	燕麥飯 白米,燕麥	★▲卡拉雞X1 雞肉-炸	蔬拌肉絲 豆芽,蔬菜,豬肉絲-炒	飄香海帶 海帶,豆干-滷	有機蔬菜	大滷湯 豆腐,蔬菜		6.5	2.4	2.7	2.0	807
24	一	紅藜飯 白米,紅藜	照燒雞丁 雞肉,蔬菜-燒	肉燥嫩腐 豆腐,毛豆,木耳,豬絞肉-炒	胡蘿蔔炒蛋 胡蘿蔔,雞蛋-炒	綠色蔬菜	燒仙草 綠豆,大豆,仙草	乳品	6.5	2.4	3.0	2.0	820
25	二	白飯 白米	迷迭香炒肉 豬肉,蔬菜-炒	奶醬洋薯雞茸 雞絞肉,馬鈴薯,玉米-炒	彩繪白菜 白菜,胡蘿蔔,木耳-炒	綠色蔬菜	味噌豆腐湯 豆腐,蔬菜		6.3	2.5	3.0	2.0	814
26	三	有機白飯 有機白米	鍋燒燜雞 雞肉,豆干,蔬菜-燒	蒸蛋 雞蛋-蒸	清香高麗 高麗菜,蔬菜-炒	有機蔬菜	米粉湯 米粉,肉絲,油蔥	TAP豆奶	6.3	2.5	2.8	2.0	805
27	四	西西里 義大利麵 義大利麵	★金黃炸雞翅X1 雞肉-炸	肉絲花椰 肉絲,花椰菜,胡蘿蔔-炒	地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤	有機蔬菜	玉米濃湯 玉米,馬鈴薯,胡蘿蔔	水果	6.5	2.4	2.7	2.0	807
28	五	白飯 白米	咖哩豬 豬肉,馬鈴薯,胡蘿蔔-炒	▲雞柳條X2 雞肉-烤	什錦寬粉 寬粉,豆芽,蔬菜-炒	有機蔬菜	珍菇雞湯 蔬菜,雞肉,菇		6.5	2.5	3.0	2.0	828

◆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。

品類及 數量	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)	
	豬肉	雞肉	生鮮食材	▲調理食品	▲加工食品	其他	★油炸品	✓甜湯
0次	6次	13次	18次	2次	2次	1次	4次	4次