

日期	星期	主食	主菜	副菜一	蔬菜	湯品	附品	全蛋 雞腿 (份)	豆魚 雞肉 (份)	蔬菜 (份)	海菜 (份)	水果 (份)	乳品 (份)	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	四. 時蔬	五. 黑糖珍珠 粉圓+黑糖	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	四. 時蔬	五. 大滷湯* 豆腐+木耳+脆筍絲+紅蘿蔔	水果 x1	4.6	2.5	1.5	2.0	1.0	0.0	697
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	四. 時蔬	五. 枸杞白玉湯 白蘿蔔+枸杞	保久乳*	4.0	2.0	2.1	2.0	0.0	1.0	673
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	四. 時蔬	五. 薑絲冬瓜湯 冬瓜+香菇+薑	水果 x1	4.0	2.4	2.0	2.0	1.0	0.0	660
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	四. 時蔬	五. 菇菇味噌湯* 豆腐+金針菇	南瓜小饅頭 x1*	4.0	3.0	1.7	2.0	0.0	0.0	638
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	四. 時蔬	五. 番茄豆芽湯 黃豆芽+番茄	水果 x1	4.2	2.5	1.5	2.2	1.0	0.0	678
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	四. 時蔬	五. 榨菜筍絲湯 榨菜+脆筍絲+香菇	保久乳*	4.2	2.7	1.6	2.0	0.0	1.0	727
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	四. 時蔬	五. 紫菜蛋花湯* 蛋+紫菜	水果 x1	4.0	2.2	1.8	2.0	1.0	0.0	640
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	四. 時蔬	五. 肉骨茶湯* 大白菜+金針菇+油片絲	銀絲卷 x1*	4.0	2.7	1.5	2.0	0.0	0.0	610
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	四. 時蔬	五. 薑絲黃瓜湯 大黃瓜+薑	水果 x1	4.5	2.5	1.4	2.2	1.0	0.0	697
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	四. 時蔬	五. 白菜豆腐湯* 豆腐+大白菜	保久乳*	4.3	2.3	1.8	2.0	0.0	1.0	709
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	四. 時蔬	五. 山藥湯 山藥+馬鈴薯+紅棗	保久乳*	4.3	2.5	1.6	2.2	0.0	1.0	728
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	四. 時蔬	五. 金針湯 金針+香菇	水果 x1	4.2	2.1	2.0	2.0	1.0	0.0	652
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	四. 時蔬	五. 味噌豆腐湯* 豆腐+海帶芽	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	四. 時蔬	五. 紫米紅豆湯 紅豆+紫米	水果 x1	4.8	2.3	1.1	2.0	1.0	0.0	686
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	四. 時蔬	五. 黃金洋芋湯 馬鈴薯+玉米粒	保久乳*	4.3	2.4	2.0	2.0	0.0	1.0	721
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	四. 時蔬	五. 番茄白菜湯 番茄+大白菜	水果 x1	4.2	2.0	2.1	2.0	1.0	0.0	647
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	四. 時蔬	五. 蘿蔔丸片湯 白蘿蔔+蒟蒻貢丸+紅蘿蔔	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	四. 時蔬	五. 南瓜濃湯 南瓜+紅蘿蔔	水果 x1	4.3	2.5	1.7	2.0	1.0	0.0	681
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	四. 時蔬	五. 高麗鮮菇湯 高麗菜+金針菇	保久乳*	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														