



☆本公司未使用輻射污染食品☆

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	副餐	全穀類	豆魚蛋肉	蔬菜類	油類	熱量	
31	四	白飯 白米	古早味滷肉 豬肉,白蘿蔔 滷	玉米炒蛋 雞蛋,玉米 炒	清炒高麗 高麗菜,彩椒 炒	味噌豆腐湯 豆腐,海帶芽,味噌	水果	5.1	2.6	2.3	2.6	727	
9/1	五	炒烏龍麵 麵,時蔬,豬肉	★酥炸魚X2 魚塊*2 炸	小黃瓜肉片 小黃瓜,豬肉,木耳 炒	南瓜馬鈴薯 洋芋,南瓜,毛豆仁 煮	大滷湯 大白菜,木耳		5.2	2.6	2.1	2.4	720	
4	一	白飯 白米	蔥爆肉柳 豬肉,洋蔥 炒	甜不辣關東煮 白蘿蔔,油豆腐,甜不辣*1 煮	螞蟻上樹 冬粉,高麗菜,豬肉,木耳 炒	絲瓜針菇湯 絲瓜,金針菇		5.1	2.5	2.2	2.5	712	
5	二	雞肉飯 白米,雞肉	紐澳良雞排X1 雞排(X1)-烤	翡翠蒸蛋 雞蛋,青菜 蒸	脆炒筍丁 筍,菇,毛豆仁 炒	番茄蛋花湯 番茄,雞蛋	水果	5.3	2.5	2.0	2.5	721	
7	四	紅藜小米飯 白米,紅藜麥,小米	★避風塘翅小腿X2 翅小腿*2,櫻花蝦,花生,蒜 炸	肉燥玉米 玉米,豬肉,小黃瓜,貢丸*2 炒	白菜煮 大白菜,紅蘿蔔 煮	酸辣湯 豆腐,筍,雞蛋	水果	5.2	2.6	2.4	2.4	727	
8	五	薏仁飯 白米,洋薏仁	蠔汁豬排X1 豬排*1 燒	馬鈴薯炒蛋 雞蛋,馬鈴薯 炒	蒲瓜炒肉 蒲瓜,豬肉,木耳 炒	黃芽肉絲湯 黃豆芽,豬肉		5.2	2.5	2.4	2.5	724	
11	一	五穀飯 白米,五穀米	三杯魚 魚肉,鮑菇 炒	叉燒肉X3 豬肉切條*3 烤	肉燥敏豆 敏豆(菜豆),豆干,豬肉,豆豉 煮	大白菜湯 大白菜,髮菜		5.3	2.6	2.3	2.5	736	
12	二	白飯 白米	★排骨酥X3 豬肉*3 炸	番茄炒蛋 雞蛋,洋蔥,番茄 炒	鮮菇高麗 高麗菜,紅蘿蔔,菇 煮	玉米濃湯 玉米,紅蘿蔔,雞蛋	水果	5.1	2.6	2.1	2.4	713	
14	四	肉絲炒飯 白米,豬肉,玉米	醬燒豬排X1 豬排*1 燒	花枝丸X2 花枝魷魚丸*2 烤	木須花椰 花椰菜,紅蘿蔔 炒	黃瓜雞湯 黃瓜,雞骨	水果	5.0	2.5	2.3	2.5	708	
15	五	胚芽飯 白米,胚芽米	蔥油雞排X1 雞排*1 燒	韓式泡菜豬 白菜,豬肉,泡菜 煮	鮮菇冬瓜 冬瓜,菇 煮	薏仁排骨湯 洋薏仁,湯排		5.1	2.5	2.1	2.6	714	
18	一	糙米飯 白米,糙米	醬滷豬肉 豬肉,筍 滷	玉米蒸蛋 雞蛋,玉米 蒸	豆皮高麗 高麗菜,豆皮 炒	羅宋湯 番茄,洋芋		5.1	2.5	2.1	2.7	719	
19	二	茄汁義大利麵 麵,玉米,豬肉,番茄	烤雞排X1 雞排(X1) 烤	地瓜薯條X3 地瓜切條*3 烤	肉片白菜 白菜,豬肉,紅蘿蔔 煮	味噌湯 雞蛋,洋蔥,海帶芽,味噌	水果	5.0	2.5	2.1	2.5	703	
21	四	燕麥飯 白米,燕麥	★炸雞翅X1 雞翅*1 炸	貢丸黑干滷味 黑豆干,貢丸*2,紅蘿蔔 滷	川耳花椰 花椰菜,木耳 炒	肉骨茶湯 豆薯,金針菇,湯排	水果	5.0	2.6	2.3	2.4	711	
22	五	白飯 白米	甜醬油豬排X1 豬排(X1)-燒	貴妃燒雞 油豆腐,雞肉,海山醬 燒	炒絲瓜 絲瓜,紅蘿蔔 炒	巧達濃湯 洋芋,紅蘿蔔		5.1	2.6	2.5	2.4	723	
23	六	薏仁飯 白米,洋薏仁	蒲瓜炒雞 雞肉,蒲瓜 炒	麻婆蒸蛋 雞蛋,豬肉 蒸	咖哩粉絲 冬粉,豆芽菜,木耳,咖哩 煮	南瓜排骨湯 南瓜,湯排		5.4	2.5	2.4	2.5	738	
25	一	滷肉飯 白米,豬肉	★鹽酥雞X2 雞肉*2,地瓜 炸	蔥燒油腐 油豆腐,木耳 燒	菜豆炒筍 筍,菜豆 炒	米粉湯 高麗菜,米粉,豬肉	豆奶	5.1	2.6	2.3	2.5	722	
26	二	小米飯 白米,小米	薑汁燒魚 魚肉,豆腐 燒	蒸地瓜X1 地瓜(顆)*1 蒸	肉片花椰 花椰菜,豬肉,彩椒 炒	海芽針菇湯 金針菇,海帶芽	水果	5.1	2.6	2.1	2.4	713	
28	四	麥片飯 白米,麥片	香烤翅腿X2 翅小腿*2,豆干 烤	肉末蒲瓜 蒲瓜,豬肉 炒	蒜味高麗 高麗菜,彩椒 炒	青菜蛋花湯 青菜,雞蛋	水果	5.2	2.5	2.3	2.6	726	
29	五	中秋節連假											