

☆本公司全面使用國產之生鮮豬肉及調理食品☆

中國崗大

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	備註	食量	備註	食量	備註	食量
1	三	薏仁飯 白米+洋薏仁	三杯豆腸 豆腸+鮑菇-煮	竹筍炒素肉 筍+素肉片-炒	薑絲冬瓜 冬瓜+木耳-煮	蔬菜 白菜	白菜鮮菇湯 白菜+香菇		6	2	2	2	83
2	四	什錦炒米粉 米粉+時蔬+南瓜+素肉絲	滷豆干 豆干(X2)-滷	小瓜素雞 小黃瓜+素雞丁-炒	清炒高麗 高麗菜+時蔬-炒	蔬菜 蔬菜	黃瓜湯 黃瓜+時蔬		6	2	2	2	83
3	五	胚芽飯 白米+胚芽米	薑燒麵腸 麵腸+時蔬-燒	番茄素肉醬 豆干+番茄+素絞肉-煮	炒花椰菜 花椰菜+時蔬-炒	蔬菜 蔬菜	山藥薏仁湯 山藥+洋薏仁		6	2	2	2	82
6	一	白飯 白米	五更豆腐 凍豆腐+金針菇+酸菜-煮	芹香素肚 素肚+芹菜-炒	脆炒銀芽 豆芽菜+時蔬-炒	蔬菜 蔬菜	味噌湯 蘿蔔+海帶芽		6	2	2	2	8
7	二	磨菇鐵板麵 麵+玉米+時蔬+菇	芝麻燴豆腐 豆腐+芝麻-燴	白菜獅子頭 白菜+素獅子頭-煮	腰果豆薯 豆薯+毛豆+腰果-炒	蔬菜 蔬菜	結頭菜湯 結頭菜+紅蘿蔔		6	2	2	2	84
8	三	白飯 白米	蠔油豆包 豆包+菇-煮	蘿蔔燒麵輪 蘿蔔+麵輪-燒	木須高麗 高麗菜+木耳-炒	蔬菜 蔬菜	黃瓜湯 黃瓜+紅蘿蔔		6	2	2	2	81
9	四	薏仁飯 白米+洋薏仁	鮮菇豆腐 豆腐+菇-煮	三色干絲 豆干絲+紅蘿蔔+芹菜-炒	南瓜百合 南瓜+百合-蒸	蔬菜 蔬菜	竹筍鮮蔬湯 竹筍+菇		6	2	2	2	83
10	五	白飯 白米	蜜汁烤麩 烤麩+地瓜+芝麻-煮	五香豆干 豆干-滷	螞蟻上樹 冬粉+高麗菜+時蔬-煮	蔬菜 蔬菜	酸辣湯 豆腐+木耳		6	2	2	2	84
13	一	泡菜炒飯 白米+白菜+素泡菜+海帶芽	蒸蔬菜捲 蔬菜捲(X1)-蒸	玉米干丁 豆干+玉米+毛豆-炒	地瓜薯條 地瓜切條-烤	蔬菜 蔬菜	枸杞冬瓜湯 冬瓜+菇		6	2	2	2	82
14	二	白飯 白米	滷油豆腐 油豆腐+毛豆-滷	蠔油香竹捲 香竹捲+小黃瓜-煮	芋泥包 芋泥包(X1)-蒸	蔬菜 蔬菜	番茄羅宋湯 豆薯+番茄		6	2	2	2	83
15	三	糙米飯 白米+糙米	香椿豆腐 豆腐+香椿-煮	木耳土豆片 洋芋+花生+木耳-煮	朴菜苦瓜 苦瓜+朴菜-煮	蔬菜 蔬菜	薑絲海芽湯 黃豆芽+海帶芽		6	2	2	2	83
16	四	白飯 白米	紅燒麵輪 麵輪+菇-燒	糯米椒干片 豆干+糯米椒-炒	彩椒高麗 高麗菜+彩椒-炒	蔬菜 蔬菜	芹香蘿蔔湯 蘿蔔+芹菜		6	2	2	2	83
17	五	小米飯 白米+小米	酸菜麵腸 麵腸+酸菜-炒	木須豆包 豆包+木耳-炒	香燒金針 筍+金針菇+芝麻-煮	蔬菜 蔬菜	玉米湯 玉米(段)+紅蘿蔔		6	2	2	2	84
20	一	白飯 白米	滷黑豆干 黑豆干-滷	沙茶素腰花 素腰花+時蔬+紅蘿蔔-煮	腰果玉米 玉米+毛豆+腰果-煮	蔬菜 蔬菜	冬至鹹湯圓 湯圓+青菜+菇		6	2	2	2	83
21	二	燕麥飯 白米+燕麥	白果百頁 百頁豆腐+白果+百合+香菇-炒	芹炒干片 豆干+芹菜-炒	咖哩洋芋 洋芋+南瓜+咖哩-煮	蔬菜 蔬菜	針菇海芽湯 金針菇+海帶芽		6	2	2	2	84
22	三	白飯 白米	蒸豆包 豆包+木耳-蒸	筍丁肉醬 豆干+筍+素絞肉+香菇+毛豆-煮	塔香海根 海帶根-煮	蔬菜 蔬菜	素肉骨茶湯 豆薯+素羊肉		6	2	2	2	81
23	四	茄汁 義大利麵 義大利麵+時蔬+番茄	茶香小方干 豆干-滷	油腐關東煮 油豆腐+蘿蔔+香菇-煮	炸什錦天婦羅 南瓜+鮑菇+茄子-炸	蔬菜 蔬菜	味噌湯 豆腐+海帶芽+味噌		6	2	2	2	84
24	五	白飯 白米	栗子炆素雞 素雞丁+栗子-煮	雪菜豆腸 豆腸+雪裡紅-炒	韓式炒冬粉 冬粉+素泡菜-煮	蔬菜 蔬菜	結頭鮮菇湯 結頭菜+菇		6	2	2	2	83
27	一	薏仁飯 白米+洋薏仁	南瓜豆腐 豆腐+南瓜-煮	酸菜素肚 素肚+酸菜-炒	豆沙包 豆沙包(X1)-蒸	蔬菜 蔬菜	麵線羹 麵線+木耳+素肉絲		6	2	2	2	81
28	二	鮮菇 紫米炒飯 白米+紫米+菇+青菜	古早味豆干 豆干-滷	野菜百頁揚 蔬菜百頁+花椰菜-炒	白菜滷 白菜+時蔬-煮	蔬菜 蔬菜	竹筍湯 筍+菇		6	2	2	2	83
29	三	紅藜小米飯 白米+小米+紅藜麥	梅醬素雞丁 素雞丁+時蔬+梅醬-燒	紅絲豆包 豆包+紅蘿蔔-炒	三色花生 豆薯+花生+紅蘿蔔-煮	蔬菜 蔬菜	什錦鮮蔬湯 高麗菜+油片絲+紅蘿蔔		6	2	2	2	81
30	四	白飯 白米	麻婆豆腐 豆腐+素絞肉-煮	紅燒烤麩 烤麩+木耳-燒	蠔油茄子 茄子-煮	蔬菜 蔬菜	黃瓜油腐湯 黃瓜+油豆腐		6	2	2	2	83