

日期	星期	主食	內容物	主菜	內容物	副菜一	內容物	副菜二	內容物	青菜	湯品	內容物	水果	金雞 菜 /份	五 香 雞 /份	臘 肉 /份	油 雞 /份	水 雞 /份	奶 類 /份	總 熱 量
11月1日	六	香Q米飯	白米	三杯雞(約3個)	骨腿丁	虱目魚排	魚排	油丁滷鵪蛋	油豆腐、鵪蛋	青菜	菜頭排骨湯	白蘿蔔、排骨		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862
11月3日	一	香Q米飯	白米	香雞排	雞排	泡菜燒肉	泡菜、高麗菜、肉片	茶葉蛋*1	雞蛋	青菜	筍片豆腐湯	竹筍、豆腐		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862
11月4日	二	香Q米飯	白米	金喜排骨	排骨	麻油雞	高麗菜、雞丁、菇類	水煮白蝦*1	白蝦	青菜	魚丸湯	魚丸		6.7	2.9	2.1	3	0	0	874
11月5日	三	肉絲蛋炒飯	肉絲、白飯、雞蛋、洋蔥	卡拉雞翅	雞翅	客家小炒	豆干片、肉絲	千層酥	千層酥	青菜	榨菜肉絲湯	榨菜、肉絲		6.7	2.9	2	2.9	0	0	867
11月6日	四	香Q米飯	白米	蒜泥白肉	肉片	日式關東煮	白蘿蔔、杏鮑菇、魚豆腐	地瓜條+雞塊	地瓜條、雞塊	青菜	冬瓜仙草	冬瓜茶、仙草		6.7	2.9	2.3	2.8	0	0	870
11月7日	五	香Q米飯	白米	五香大雞腿	雞腿	筍干燒肉	竹筍、豬肉	肉燥滷蛋*1	絞肉、雞蛋	青菜	當歸麵線湯	麵線、當歸藥膳		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862
11月8日	六	香Q米飯	白米	紅燒大排骨	排骨	花瓜雞丁	花瓜、雞丁	西芹炒魷魚	西芹、魷魚	青菜	味噌豆腐湯	味噌、豆腐		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862
11月10日	一	香Q米飯	白米	糖醋咕咾肉(約3個)	咕咾肉	綜合什錦	包心白菜、菇類、肉片	滷味翅腿*2	翅腿	青菜	紫菜蛋花湯	紫菜、雞蛋		6.8	2.8	2.3	2.8	0	0	870
11月11日	二	香Q米飯	白米	檸檬三節翅	雞翅	麻婆豆腐	豆腐、絞肉	時蔬燴貢丸	包心菜、貢丸	青菜	刺瓜排骨湯	刺瓜、排骨		6.7	2.9	2	2.7	0	0	858
11月12日	三	義大利麵	麵、洋蔥、絞肉	御膳大排骨	排骨	鍋貼*1+雞塊*1	鍋貼、花枝丸	蘋果麵包*1	麵包	青菜	玉米濃湯	玉米、雞蛋		6.5	2.9	2.2	3	0	0.2	887
11月13日	四	香Q米飯	白米	日式炸豬排	豬排	咖哩馬鈴薯	馬鈴薯、胡蘿蔔	100%乳製品	100%乳製品	青菜	蔬菜味噌湯	蔬菜、味噌		6.5	2.8	2.3	3	0	0	858
11月14日	五	香Q米飯	白米	烤鴨	烤鴨	綜合魷魚羹	竹筍、魷魚、肉羹	主廚秋刀魚	秋刀魚	青菜	冬瓜湯	冬瓜		6.5	2.9	2.2	2.8	0	0	854
11月15日	六	香Q米飯	白米	蒲燒鯛魚	魚排	紅燒肉角	蘿蔔、豬肉	脆薯+花枝丸	脆薯、花枝丸	青菜	豬血湯	豬血		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862
11月17日	一	香Q米飯	白米	卡啦雞腿	雞腿	花瓜肉燥	油丁、豬絞肉	黃瓜炒花枝	黃瓜、花枝	青菜	魚丸湯	魚丸		6.7	2.8	2	3	0	0	864
11月18日	二	香Q米飯	白米	醬燒大排	排骨	雙色豆腐	竹筍、豆腐	香葱吉拿棒*1	吉拿棒	青菜	鴨肉麵線湯	鴨肉、麵線		6.7	2.9	2	2.7	0	0	858
11月19日	三	火腿蛋炒飯	肉絲、白飯、雞蛋、洋蔥	無骨雞排	雞排	泡菜什錦	泡菜、高麗菜、肉片	巧克力QQ	QQ	青菜	玉米濃湯	玉米、雞蛋		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0.2	886
11月20日	四	香Q米飯	白米	西芹肉片	西芹、肉片	咖哩魚蛋	馬鈴薯、魚蛋、胡蘿蔔	花枝排*1	花枝排	青菜	愛玉仙草	愛玉、仙草		6.5	3	2.2	2.8	0	0	861
11月21日	五	香Q米飯	白米	脆皮雞翅	雞翅	紅燒肉角	白蘿蔔、豬肉、胡蘿蔔	玉米火腿炒蛋	玉米、火腿、雞蛋	青菜	味噌豆腐湯	味噌、豆腐		6.5	2.9	2	3	0	0	858
11月22日	六	香Q米飯	白米	生鮮排骨	排骨	關東煮	白蘿蔔、杏鮑菇、魚豆腐	黃金蝦*1	白蝦	青菜	刺瓜排骨湯	刺瓜、排骨		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862
11月24日	一	香Q米飯	白米	無骨雞米花(約3個)	雞米花	洋葱燴肉條	洋葱、豬柳、菇類	日式蒸蛋	柴魚片、雞蛋	青菜	紫菜蛋花湯	紫菜、雞蛋		6.8	2.8	2.3	2.8	0	0	870
11月25日	二	香Q米飯	白米	金喜排骨	排骨	麻婆豆腐	絞肉、豆腐	阿婆茶葉蛋*1	雞蛋	青菜	筍絲羹湯	竹筍、肉羹		6.7	2.9	2	2.7	0	0	858
11月26日	三	什錦炒麵	麵、絞肉、蔬菜	糖醋咕咾肉(約3個)	咕咾肉	麻油雞	高麗菜、雞丁、菇類	杯子蛋糕	蛋糕	青菜	酸菜鴨肉湯	酸菜、鴨肉		6.7	2.9	2.1	2.9	0	0	870
11月27日	四	香Q米飯	白米	滷味大雞腿	雞腿	筍干肉角	竹筍、豬肉	紅蘿蔔炒蛋	胡蘿蔔、雞蛋	青菜	米苔目甜湯	米苔目		6.7	2.9	2.1	2.9	0	0	870
11月28日	五	香Q米飯	白米	北平烤鴨	烤鴨	廟口魷魚羹	竹筍、魷魚、肉羹	椒鹽翅小腿	翅腿	青菜	金針菇蛋花湯	金針菇、雞蛋		6.5	2.9	2.2	2.8	0	0	854
11月29日	六	香Q米飯	白米	檸檬雞翅	雞翅	瓜仔肉	油豆腐、絞肉	蛋酥絲瓜	絲瓜、雞蛋	青菜	蘿蔔爆皮湯	蘿蔔、爆皮		6.7	2.8	2.1	2.9	0	0	862

雞： 12 豬： 10 鴨： 2 海： 6 炸： 8 本廠採用國產豬肉 電洽專線:05-5866692