

※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	副菜一	副菜二	青菜	湯	附品	營養成分	營養成分	營養成分	營養成分	營養成分
1	二	有機白米飯 <small>有機白米-蒸</small>	歡樂咖哩豬 <small>豬肉, 馬鈴薯, 胡蘿蔔-炒</small>	★兒童節拼盤 <small>雞塊X2, 地瓜薯條-炸</small>	木耳花椰 <small>花椰菜, 木耳-炒</small>	有機蔬菜	珍珠奶飲 <small>珍珠, 奶</small>		6.2	2.2	2.5	2.8	782
3	四	清 ~ 明 ~ 連 ~ 假											
4	五												
7	一	白米飯 <small>白米-蒸</small>	蒸蛋 <small>雞蛋-蒸</small>	客家風味豬 <small>豬肉, 筍, 梅干菜-滷</small>	家常寬粉 <small>蔬菜, 寬粉-炒</small>	有機蔬菜	地瓜甜湯 <small>地瓜</small>		6.2	2.3	2.5	2.8	788
8	二	有機白米飯 <small>有機白米-蒸</small>	糖醋魚排X1 <small>(生鮮水產品) 魚-燒</small>	菇菇燉雞 <small>雞肉, 菇, 蔬菜-燉</small>	田園玉米 <small>玉米, 胡蘿蔔-炒</small>	有機蔬菜	豬肉四神湯 <small>豬肉, 薏仁, 馬鈴薯</small>	水果	6.8	2.5	2.5	2.8	778
10	四	雞肉飯 <small>白米, 雞肉-蒸</small>	海帶肉絲 <small>豬肉, 海帶-炒</small>	吮指翅小腿X1 <small>雞肉-滷</small>	有機高麗菜 <small>蔬菜-炒</small>	綠色蔬菜	什錦湯 <small>白菜, 香菇, 胡蘿蔔</small>		6.8	2.3	2.4	2.8	751
14	一	薏仁飯 <small>白米, 薏仁-蒸</small>	韓式炒豬 <small>豬肉, 蔬菜-炒</small>	雞汁粉絲煲 <small>粉絲, 雞肉, 蔬菜-炒</small>	腐皮拌菜 <small>豆芽菜, 蔬菜, 腐皮-炒</small>	有機蔬菜	紅豆西米露 <small>紅豆, 西谷米</small>		6.5	2.5	2.4	2.8	881
15	二	有機白米飯 <small>有機白米-蒸</small>	▲麥香雞X1 <small>雞肉-烤</small>	風味西魯肉 <small>白菜, 香菇, 蔬菜, 肉絲-炒</small>	番茄炒蛋 <small>雞蛋, 番茄-炒</small>	有機蔬菜	味噌豆腐湯 <small>豆腐, 蔬菜, 味噌</small>		6.8	2.5	2.5	2.8	778
17	四	茄汁義大利麵 <small>義大利麵-煮</small>	★金黃炸雞翅X1 <small>雞肉-炸</small>	干丁拌毛豆 <small>干丁, 毛豆, 蔬菜-炒</small>	胡蘿蔔花椰 <small>花椰菜, 胡蘿蔔-炒</small>	有機蔬菜	玉米濃湯 <small>玉米, 馬鈴薯, 胡蘿蔔</small>	乳品	6.5	2.5	2.5	2.8	885
21	一	蕎麥飯 <small>白米, 蕎麥-蒸</small>	蒸蛋 <small>雞蛋-蒸</small>	洋釀年糕豬 <small>豬肉, 年糕, 蔬菜-炒</small>	有機高麗菜 <small>蔬菜-炒</small>	綠色蔬菜	時令雞湯 <small>蔬菜, 雞肉</small>	TAP豆奶	6.2	2.3	2.4	2.8	765
22	二	有機白米飯 <small>有機白米-蒸</small>	田園嫩雞 <small>玉米, 雞肉, 蔬菜-炒</small>	砂鍋腐燒魚X2 <small>魚肉, 豆腐-燒</small>	紅蘿時瓜 <small>時瓜, 胡蘿蔔-炒</small>	有機蔬菜	肉骨茶湯 <small>馬鈴薯, 蔬菜, 豬肉</small>		6.8	2.5	2.5	2.8	778
24	四	胚芽飯 <small>白米, 胚芽-蒸</small>	瓜仔肉燥 <small>豬絞肉, 瓜仔, 蔬菜-滷</small>	★香酥雞排X1 <small>雞肉-炸</small>	菇香鮮蔬 <small>蔬菜, 菇-炒</small>	有機蔬菜	綠豆湯 <small>綠豆</small>	水果	6.5	2.3	2.5	2.8	788
28	一	白米飯 <small>白米-蒸</small>	★金黃魚X2 <small>魚-炸</small>	肉香豆腐煲 <small>豆腐, 豬絞肉-滷</small>	有機高麗菜 <small>蔬菜-炒</small>	綠色蔬菜	蘿蔔小排湯 <small>蘿蔔, 豬肉</small>		6.8	2.5	2.5	2.8	778
29	二	有機白米飯 <small>有機白米-蒸</small>	咖哩雞 <small>雞肉, 馬鈴薯, 蔬菜-炒</small>	豬肉小炒 <small>豬肉, 豆干-炒</small>	拌炒海帶 <small>海帶-炒</small>	有機蔬菜	紅豆麥片 <small>紅豆, 麥片</small>	乳品	6.5	2.3	2.5	2.8	788
◆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。													
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)	
主類及 非基改	魚肉及 海鮮	豬肉	雞肉	生鮮食材	▲調理食品	▲加工食品		其他		★油炸品		甜湯	
2次	2次	4次	4次	10次	2次	魚、肉類	2次	其他	0次	4次	5次		

營養師您好，4月菜單意見如下:

委員一:4/17義大利麵沒有醬？烤地瓜應是主食，不是配菜。

委員二:

1.學生反映DIY麵條的面很乾，都黏在一起，口感差，搭配肉燥偏鹹，搭配湯的味道偏淡。相對來說，意

2.家常寬粉這菜式，考慮出餐時效，會否也大機會寬粉會容易黏在一起？

意大利麵沒有那麼黏和受歡迎。