

※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	全蛋類 每份 克	蛋黃類 每份 克	肉類 每份 克	魚類 每份 克	
3	一	白飯 白米	筍香燉肉 豬肉, 筍, 梅干菜-燉	洋蔥炒蛋 洋蔥, 蛋-炒	招牌滷味 海帶, 豆干-滷	有機菜	鮮瓜丸子湯 鮮瓜, 蔬菜, 丸子		6.4	2.5	2.3	2.0	789
4	二	有機白飯 有機白米	咖哩雞 雞肉, 馬鈴薯, 紅蘿蔔-炒	豆干小炒豬 豬肉, 豆干-炒	木耳高麗 高麗菜, 木耳, 金針菇-炒	有機菜	地瓜甜湯 地瓜		6.5	2.5	2.3	2.0	796
6	四	DIY拌麵 *搭配打拋* 麵	★酥炸雞翅X1 雞肉-炸	台式打拋豬肉 豬肉, 蔬菜-炒	翠炒白菜 白菜, 胡蘿蔔, 木耳-炒	有機菜	味噌湯 豆腐, 蔬菜	水果	6.8	2.5	2.5	2.0	828
10	一	白飯 白米	蒸蛋 雞蛋-蒸	★▲鹹酥雞X3 雞肉-炸	清香炒筍 筍, 毛豆, 胡蘿蔔, 木耳-炒	有機菜	綠豆薏仁 綠豆, 薏仁		6.5	2.2	2.3	2.0	774
蔬食日													
11	二	有機白飯 有機白米	三杯雞 雞肉, 米血, 杏鮑菇-炒	玉米肉茸蛋 雞蛋, 玉米, 豬絞肉-炒	柴魚花椰 花椰菜, 柴魚, 胡蘿蔔-炒	有機菜	冬瓜排骨湯 冬瓜, 蔬菜, 排骨	乳品	6.3	2.5	2.5	2.0	791
13	四	雞汁飯 白米, 雞肉	滷雞排X1 雞排-滷	回鍋干片 豆干, 蔬菜-炒	白菜滷 白菜, 豆皮, 胡蘿蔔, 香菇-炒	有機菜	蘿蔔湯 蘿蔔		6.5	2.5	2.5	2.0	805
17	一	校慶補假不供餐											
18	二	香鬆海苔 有機白飯 有機白米, 香鬆	糖醋魚丁X2 (生鮮水產品) 魚, 洋蔥, 彩椒, 鳳梨-預炸+燒	白菜燉雞 雞肉, 白菜, 蔬菜-燉	關東煮 蘿蔔, 油豆腐, 甜不辣-煮	有機菜	紅棗瘦肉湯 蔬菜, 豬肉, 紅棗	水果	6.5	2.5	2.4	1.6	791
20	四	白飯 白米	泡菜肉片 豬肉, 白菜, 洋蔥-炒	雞汁粉絲煲 雞絞肉, 粉絲, 木耳-炒	腐皮匯菜 黃豆芽, 腐皮, 胡蘿蔔, 海帶芽-炒	有機菜	紅豆麥片 紅豆, 麥片		6.5	2.5	2.4	2.0	801
24	一	紅藜飯 白米, 紅藜	胡蘿蔔炒蛋 胡蘿蔔, 雞蛋-炒	照燒雞 雞肉, 蔬菜-燒	毛豆嫩腐 豆腐, 毛豆, 木耳-炒	有機菜	燒仙草 綠豆, 大豆, 仙草	乳品	6.5	2.5	2.3	2.0	796
蔬食日													
25	二	有機白飯 有機白米	迷迭香炒肉 豬肉, 蔬菜-炒	奶醬洋薯雞茸 雞絞肉, 馬鈴薯, 玉米-炒	彩繪白菜 白菜, 胡蘿蔔, 木耳-炒	有機菜	味噌豆腐湯 豆腐, 蔬菜	TAP豆 奶 (1.4 年級)	6.3	2.5	2.5	2.0	791
27	四	西西里 義大利麵 義大利麵	★金黃 炸雞翅X1 雞肉-炸	花椰肉絲 花椰菜, 肉絲, 胡蘿蔔-炒	▲地瓜薯條X4 地瓜薯條-烤	有機菜	玉米濃湯 玉米, 馬鈴薯, 胡蘿蔔		6.3	2.4	2.3	2.0	775
◆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)													
主菜種類		豬肉		雞肉		生鮮食材		▲調理食品		副菜食材特性分析(次/月)			
魚、肉類		1次		1次		12次		0次		魚、肉類		▲加工食品	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次		魚、肉類		其他	
2次		1次		12次		12次		1次					