

日期	星期	主食	美味主菜	美味副菜	湯品	全蛋 雞塊 (份)	豆腐 蛋(份)	蔬菜 (份)	油類與 堅果類 (份)	熱 量 (Kcal)
2025元 新年快樂 HAPPY NEW YEAR!										
1/2	四	小米蒸飯	泰式醬雞排 C雞肉/燒	韭香芽菜 Q豆芽菜, Q紅蘿蔔, Q韭菜/炒	焗烤白醬 Q馬鈴薯, Q紅蘿蔔/烤	有機 蔬菜				5.4 2.3 2.1 2.8 729
1/3	五	白飯	糖醋咕咾肉 C豬肉/燒	芙蓉蒸蛋 Q雞蛋/蒸	佛跳牆 Q大白菜, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	有機 蔬菜				5.2 2.2 2 2.7 701
1/6	一	蕎麥米飯	塔香三杯雞 C雞肉/燒	花椰肉絲 C花椰菜, C豬肉/炒	一品綜合燙 非基改四分干, 海帶結, C豬肉/滷	產銷 履歷 蔬菜				5.2 2.2 2.1 2.8 708
1/7	二	白飯	砂鍋魚丁 C魚肉/燒	香蔥菜脯蛋 Q雞蛋, 菜脯, 蔥/炒	季豆甜不辣 T敏豆, Q甜不辣/炒	有機 蔬菜		豆 奶		5.3 2.3 1.9 2.9 722
1/8	三	招牌拌飯	脆皮炸雞腿 C雞肉/炸	眷村滷味 非基改黑豆干, 素肚, C豬肉/滷	肉茸高麗 Q高麗菜, C豬肉/炒	季節 蔬菜				5.4 2.4 2 3 743
1/9	四	胚芽米飯	筍香東坡肉 C豬肉, 筍干/煮	螞蟻上樹 冬粉, Q高麗菜, Q紅蘿蔔/炒	四季小火鍋 Q白蘿蔔, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	有機 蔬菜				5.4 2.2 2.1 2.8 722
1/10	五	白飯	番茄洋芋雞 C雞肉, Q番茄/煮	開陽蒲瓜 Q蒲瓜, Q紅蘿蔔, 蝦米/炒	炸醬肉燥 非基改干丁, C豬肉, Q洋蔥/煮	有機 蔬菜				5.3 2.4 2.1 2.9 734
1/13	一	白飯 (蔬食日)	杏菇雞茸 Q杏鮑菇, C雞肉/炒	玉米滑蛋 Q非基改玉米粒, T毛豆, Q雞蛋/炒	白菜麵筋 Q大白菜, Q紅蘿蔔, 麵筋/煮	產銷 履歷 蔬菜				5.3 2.3 2.1 2.8 722
1/14	二	五穀米飯	蘑菇醬豬排 C豬排/燒	家常豆腐 非基改豆腐, C豬肉/煮	銀芽肉絲 Q豆芽菜, Q紅蘿蔔, C豬肉/炒	有機 蔬菜				5.2 2.4 2 2.9 725
1/15	三	義大利麵	香香鹹酥雞 C雞肉/炸	起司茄香肉醬 Q非基改玉米粒, C豬肉, Q紅蘿蔔/煮	彩椒花椰 C花椰菜, Q彩椒/炒	季節 蔬菜				5.3 2.2 1.9 2.8 710
1/16	四	白飯	日式壽喜燒 C豬肉, Q洋蔥/煮	Q嫩蒸蛋 Q雞蛋/蒸	梅粉地瓜條 Q地瓜條/烤	有機 蔬菜				5.2 2.3 2 2.8 713
1/17	五	燕麥Q飯	冬瓜香菇雞 Q冬瓜, Q香菇, C雞肉/煮	鹹水時蔬 Q高麗菜, Q黃豆芽, Q木耳/燙	青醬洋芋 Q馬鈴薯, Q紅蘿蔔/煮	有機 蔬菜				5.4 2.2 2.1 2.7 717
1/20	一	白飯	糖醋雞丁 C雞肉/燒	彩繪鮮瓜 Q大黃瓜, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	脆皮豆腐 非基改油豆腐, C豬肉, 蒜/煮	產銷 履歷 蔬菜				5.2 2.3 2 2.8 713

寒假開始 新年快樂 蛇年行大運

2/11	二	蕎麥米飯	泰醬佐雞丁 C雞肉/燒	砂鍋佛跳牆 Q大白菜, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	照燒獅子頭 C獅子頭, Q紅蘿蔔/燒	有機 蔬菜				5.2 2.3 2.1 2.8 715
2/12	三	日式鍋燒麵	糖醋咕咾肉 C豬肉/燒	毛豆百頁 T毛豆, 非基改百頁豆腐/燒	和風關東煮 Q白蘿蔔, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	季節 蔬菜				5.4 2.3 2 2.9 731
2/13	四	白飯	照燒翅小腿 C雞肉/燒	馬鈴薯燉肉 Q馬鈴薯, C豬肉/燉	鮮炒時蔬 Q高麗菜, Q木耳, Q紅蘿蔔/炒	有機 蔬菜				5.2 2.2 2.1 2.7 703
2/14	五	胚芽米飯	砂鍋魚煲 C魚肉/燒	焗烤乳酪蛋 Q洋蔥, Q紅蘿蔔, Q雞蛋/烤	韭香芽菜 Q綠豆芽, Q韭菜, C豬肉/炒	有機 蔬菜				5.3 2.3 2 2.8 720
2/17	一	白飯	義式洋芋雞 C雞肉, Q番茄, Q馬鈴薯/煮	蔥燒豆干 非基改四分干, 海帶結/滷	蔬菜福州丸 Q高麗菜, C福州丸/煮	產銷 履歷 蔬菜				5.4 2.4 1.9 2.8 732
2/18	二	麥片飯	麻油豚肉 C豬肉/煮	芙蓉蒸蛋 Q雞蛋/蒸	脆炒西蘭花 C花椰菜/炒	有機 蔬菜		豆 奶		5.2 2.3 2 2.7 708
2/19	三	肉絲拌飯	卡拉雞腿 C雞肉/炸	眷村滷味 非基改黑豆干, 素肚/滷	鮮菇大瓜 Q香菇, Q大黃瓜/炒	季節 蔬菜				5.4 2.2 2.1 3 731
2/20	四	白飯	油腐燉雞 C雞肉, 非基改油豆腐/燉	冬季小火鍋 Q白蘿蔔, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	筍干麵輪 筍干, 麵輪/煮	有機 蔬菜				5.3 2.2 2 2.8 712
2/21	五	五穀米飯	黑胡椒里肌排 C豬肉/燒	番茄滑蛋 Q番茄, Q雞蛋/炒	開陽蒲瓜 Q蒲瓜, C豬肉, 蝦米/炒	有機 蔬菜				5.2 2.3 2.1 2.9 720
2/24	一	白飯	檸檬雞翅 C雞肉/燒	芽菜肉絲 Q豆芽菜, Q韭菜, 非基改白干絲/炒	青醬洋芋 Q馬鈴薯, Q紅蘿蔔/煮	產銷 履歷 蔬菜				5.4 2.2 2 2.8 719
2/25	二	小薏仁飯	橙汁魚柳 C魚肉/燒	南瓜豆腐煲 非基改豆腐, C豬肉, Q南瓜/煮	敏豆甜不辣 T敏豆, Q甜不辣/炒	有機 蔬菜				5.3 2.3 1.9 2.9 722
2/26	三	烏龍麵	卡滋鹽酥雞 C雞肉/炸	美式蘑菇醬 Q洋蔥, Q玉米粒, Q紅蘿蔔, C豬肉/煮	滷味燙 Q高麗菜, Q金針菇, C豬肉/滷	季節 蔬菜				5.3 2.2 2.2 3 726
2/27	四	小米蒸飯	醬燒豚肉 C豬肉/燒	滑嫩蒸蛋 Q雞蛋/蒸	起司章魚燒 Q大白菜, Q魷魚丸/燒	有機 蔬菜				5.2 2.3 2.1 2.7 711

228連假

★本廠食材來源一律使用「國產豬肉」，產地：台灣。◎全面使用非基因改造黃豆製品及玉米。◆注意：甲殼類, 芒果, 花生, 奶類, 蛋, 堅果類, 芝麻, 含麩質之穀物, 大豆, 魚類及其製品為食品過敏原, 不適合對其過敏體質者食用。▽週一供應產銷履歷蔬菜、週二、四、五供應有機蔬菜, 以桃園市農會所提供的深色蔬菜為主。營養師：李怡宜