



2019/5/1 (三)

2019/5/2 (四)

2019/5/3 (五)

白飯  
滷香雞腿  
瓜子肉燥  
乾拌三絲

糙米飯  
宮堡雞丁  
醬燒豆腐  
蒲瓜鮮菇

白飯  
蒙古烤肉  
印度咖哩  
烤柳葉魚

鵝白菜  
紅豆Q圓

高麗菜  
日式味噌湯

油菜  
菜頭貢丸湯

熱量 657 醣類 88 蛋白質 23 脂肪 25

熱量 551 醣類 80 蛋白質 25 脂肪 15

熱量 579 醣類 83 蛋白質 26 脂肪 16

2019/5/6 (一)

2019/5/7 (二)

2019/5/8 (三)

2019/5/9 (四)

2019/5/10 (五)

白飯  
\*無骨香雞排  
三色滷蛋  
義式肉醬

小米飯  
筍干燒肉  
魚香豆腐  
鮮瓜三鮮

烏龍麵  
檸香烤雞排  
芋泥包  
客家小炒

糙米飯  
岩燒里肌  
鮮香肉羹  
洋芋三色

白飯  
芝麻雞丁  
麻香豆干  
佛跳牆

空心菜  
冬瓜鮮菇湯

油菜  
紫菜蛋花湯

青江菜  
綠豆薏仁湯

鵝白菜  
榨菜三絲湯

高麗菜  
味噌湯

熱量 592 醣類 80 蛋白質 28 脂肪 18

熱量 569 醣類 81 蛋白質 24 脂肪 17

熱量 637 醣類 79 蛋白質 27 脂肪 22

熱量 620 醣類 85 蛋白質 26 脂肪 19

熱量 565 醣類 87 蛋白質 21 脂肪 16

2019/5/13 (一)

2019/5/14 (二)

2019/5/15 (三)

2019/5/16 (四)

2019/5/17 (五)

白飯  
\*和風排骨酥  
洋蔥炒蛋  
干丁肉燥

薏仁飯  
胡椒豬柳  
小瓜甜不辣  
螞蟻上樹

白飯  
匈牙利雞腿  
柴魚關東煮  
芹菜炒三色

糙米飯  
御膳大排  
沙茶百頁  
鮮菇獅子頭

白飯  
南洋咖哩雞  
蔥香肉燥  
什錦彩繪

油菜  
港式酸辣湯

鵝白菜  
鮮菇海芽湯

高麗菜  
仙草蜜

青江菜  
金針肉絲湯

空心菜  
筍片排骨湯

熱量 697 醣類 100 蛋白質 25 脂肪 22

熱量 611 醣類 78 蛋白質 28 脂肪 21

熱量 637 醣類 79 蛋白質 27 脂肪 22

熱量 697 醣類 100 蛋白質 25 脂肪 22

熱量 514 醣類 80 蛋白質 21 脂肪 13

2019/5/20 (一)

2019/5/21 (二)

2019/5/22 (三)

2019/5/23 (四)

2019/5/24 (五)

白飯  
紐澳良腿排  
玉米燴蛋  
鮮瓜燴菇

五穀飯  
貴妃豬腩  
醬燒豆干  
銀芽三絲

肉燥炒麵  
\*卡滋雞排  
年糕泡菜鍋  
檸檬蛋糕

糙米飯  
廣式叉燒肉  
昆布滷蘿蔔  
泰式咖哩

白飯  
沙茶肉片  
黃金柳葉魚  
麻婆豆腐

萵苣  
日式味噌湯

青江菜  
榨菜肉絲湯

鵝白菜  
百香愛玉

高麗菜  
菜頭排骨湯

油菜  
韭菜豬血湯

熱量 622 醣類 87 蛋白質 26 脂肪 19

熱量 563 醣類 80 蛋白質 28 脂肪 17

熱量 604 醣類 73 蛋白質 24 脂肪 24

熱量 594 醣類 84 蛋白質 27 脂肪 17

熱量 549 醣類 80 蛋白質 24 脂肪 15

2019/5/27 (一)

2019/5/28 (二)

2019/5/29 (三)

2019/5/30 (四)

2019/5/31 (五)

白飯  
\*塔香魷魚  
蕃茄炒蛋  
杏鮑菇滷味

紫米飯  
鳳梨咕咾肉  
鮮香赤肉羹  
清蒸嫩豆腐

白飯  
照燒腿排  
西芹拌黑輪  
奶焗時蔬

糙米飯  
里肌豬排  
蔥爆干片  
鵝蛋白菜

白飯  
五香雞腿  
義式肉醬  
芝麻海帶

小松葉  
冬瓜薑絲湯

青江菜  
紫菜吻魚湯

鵝白菜  
紅豆芋圓

油菜  
冬菜粉絲湯

高麗菜  
玉米濃湯

熱量 576 醣類 81 蛋白質 26 脂肪 16

熱量 565 醣類 80 蛋白質 27 脂肪 16

熱量 657 醣類 88 蛋白質 23 脂肪 25

熱量 551 醣類 80 蛋白質 25 脂肪 15

熱量 579 醣類 83 蛋白質 26 脂肪 16