



6月17日(六)補課		 <p>標示◎為油炸物 標示☆為半成品</p> <p>每週二、四供應水果</p>		6月1日(四)	6月2日(五)
白飯				五穀飯	小米飯
南洋咖哩雞				三杯雞	鐵路豬排
回鍋肉片炒高麗菜				☆醬燒獅子頭	肉燥空心菜
黑胡椒毛豆莢				敏豆杏鮑菇	家常油腐
青菜				青菜	青菜
酸辣湯		白玉番麥湯	海芽蛋花湯		
熱量： (大卡) 777.8	脂肪： (克) 25	熱量： (大卡) 782.7	脂肪： (克) 25.5	熱量： (大卡) 790	脂肪： (克) 26
蛋白質： (克) 32.2	醣類： (克) 32.2	蛋白質： (克) 32.8	醣類： (克) 105.5	蛋白質： (克) 33.5	醣類： (克) 105.5
6月5日(一)	6月6日(二)	6月7日(三)	6月8日(四)	6月9日(五)	
白飯	五穀飯	茄汁肉醬螺絲麵	麥片飯	胚芽飯	
香菇雞	大漠孜然滷豬排	◎轟炸雞腿	可樂燉豬腳	芝麻醬燒洋蔥雞	
小瓜炒蛋	黑胡椒毛豆莢	☆醬燒小肉包	◎☆塔香拼盤	螞蟻上樹	
大阪燒高麗菜	豆芽炒嫩雞	芹香干絲	絲瓜麵線	開陽肉絲蒲瓜	
青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	
冬瓜肉絲湯	青菜豆腐湯	綠豆麥仁湯	竹筍香菇湯	玉米濃湯+履歷豆漿	
熱量： (大卡) 777.8	脂肪： (克) 25	熱量： (大卡) 799.6	脂肪： (克) 26	熱量： (大卡) 777.8	脂肪： (克) 25
蛋白質： (克) 32.2	醣類： (克) 32.2	蛋白質： (克) 33.9	醣類： (克) 107.5	蛋白質： (克) 32.2	醣類： (克) 32.2
6月12日(一)	6月13日(二)	6月14日(三)	6月15日(四)	6月16日(五)	
白飯	麥片飯	清水米糕	紫米飯	五穀飯	
壽喜燒肉片	◎香酥嫩魚	◎七味唐辛子炸豬排	鮮蔬麻油雞	泰式打拋肉片	
芙蓉蒸蛋	☆燒滷福州丸	☆鐵板煎餃	海苔洋芋	小瓜炒嫩雞	
芝麻蜜香豆干	大瓜鮮燴	黑胡椒鐵板銀芽	肉絲炒白花椰	醬燒百頁	
青菜	青菜	青菜	青菜	青菜	
蘿蔔肉絲湯	海芽豚肉湯	冬瓜茶	洋蔥味噌湯	鮮菇豆薯湯	
熱量： (大卡) 777.8	脂肪： (克) 25	熱量： (大卡) 780.2	脂肪： (克) 25	熱量： (大卡) 773	脂肪： (克) 25
蛋白質： (克) 32.2	醣類： (克) 32.2	蛋白質： (克) 32.3	醣類： (克) 106.5	蛋白質： (克) 32	醣類： (克) 105
6月19日(一)	6月20日(二)	6月21日(三)	6月22日(四)	6月24日(五)	
白飯	胚芽飯	客家板條	 <p>端午節連續假期</p>		
◎☆麥香雞堡排	紅燒豬腩	◎日式雞球			
紅絲炒蛋	蒜味毛豆莢	☆香蒸銀絲卷			
焗烤綠花椰	油燜鮮筍	肉絲小瓜秀珍菇			
青菜	青菜	青菜			
金針菇玉米湯	和風豆腐湯	紅豆紫米西米露			
熱量： (大卡) 775.4	脂肪： (克) 25	熱量： (大卡) 777.8	脂肪： (克) 25		
蛋白質： (克) 32.1	醣類： (克) 105.5	蛋白質： (克) 32.2	醣類： (克) 106		
6月26日(一)	6月27日(二)	6月28日(三)	6月29日(四)	6月30日(五)	
白飯	麥片飯	白醬奶油培根焗烤飯	小米飯	暑假快樂	
古早味燒滷大排	瓜仔雞	◎椒鹽豬柳條	杏菇燒雞		
番茄炒蛋	粉絲煲	☆鮮肉餡餅	☆麻辣餛飩		
四季炒干片	鮮菇綠花椰	開陽白菜	北門白玉燒		
青菜	青菜	青菜	青菜		
大瓜丸子湯	玉米濃湯	麥香紅茶	竹筍肉絲湯		
熱量： (大卡) 775.4	脂肪： (克) 25	熱量： (大卡) 777.8	脂肪： (克) 25		
蛋白質： (克) 32.1	醣類： (克) 105.5	蛋白質： (克) 32.2	醣類： (克) 106		

\*\*使用台灣豬肉\*\*