

便當區	日期		便當主菜	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量(kcal)
	4月27日	星期一	香酥喜相逢	6.5	3.3	2	3.1		826
蔥香油雞			6.5	3.6	2	2.4		829	
4月28日	星期二	蔥爆豬肉	6.5	2.5	1.9	3.3		851	
		椒麻雞腿	6.5	2.5	1.8	3.5		807.5	
4月29日	星期三	鹹豬肉	6.7	2.8	1.9	2.3		914	
		醬燒雞排	6.7	3.3	1.8	3.3		877	
4月30日	星期四	蒜泥白肉	6	3.5	1.6	1.5		912.5	
		韓式雞丁	6	3.8	1.6	3.4		917	

麵食區	麵食	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量(kcal)
	肉羹飯	6	2	0.8	1	595	
肉羹麵	4.5	2	0.8	1	490		
燻雞麻醬麵	5.5	2	0.5	3.5	665		
肉絲炒米粉	4.5	2	0.5	2	537.5		
肉絲麻醬麵	5.5	2	0.5	3.5	675		
炸醬麵	5.5	2	0.8	3.5	712.5		
紅燒豬肉飯	5.5	2.5	1	2.8	736		
紅燒豬肉麵	4	2.5	1	2.8	631		
炒肉絲烏龍麵	6	2	0.8	3.5	747.5		
醬燒燒肉炒飯	6	3	0.8	4.3	903.5		
炒麵麵包	3.8	1.5	0.5	3	526		
燻雞麻辣麵	4	2	0.5	1.5	470		
肉絲麻辣麵	4	2	0.5	1.5	480		
豬排蛋炒飯	6.2	3	0.5	5.9	952		

早餐店區	早餐套餐組合		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量(kcal)
	早餐店區	套餐1.火腿起司蛋吐司+紅茶		2.6	1.5	0.2	2.3	0.5
套餐2.鮭魚起司蛋餅+紅茶		1.8	2	0.2	2	0.5	477	
套餐3.香雞起司蛋漢堡+紅茶		3.2	2.5	0.2	2.3	0.5	643.5	
套餐4.紐奧良蛋抓餅+紅茶		3.3	3	0.2	3		657	
套餐5.手工水餃(小份12顆)+紅茶		4	3	0.6	1.2		665	
套餐5.手工水餃(大份18顆)+紅茶		6	4.5	0.9	1.8		959.5	
套餐6.巧克力吐司+薯餅+紅茶		3.6	0	0	2		418	

自助餐區	日期		自助餐主菜	副菜			蔬菜	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量(kcal)
	4月27日	星期一	香酥喜相逢	絲瓜粉絲	紅燒麵輪	雪菜筍片	季節時蔬	6.5	3.3	2	3.1		826
蔥香油雞			6.5					3.6	2	2.4		829	
4月28日	星期二	蔥爆豬肉	黑胡椒甜條	番茄炒蛋	花椰菜	季節時蔬	6.5	2.5	1.9	3.3		851	
		椒麻雞腿					6.5	2.5	1.8	3.5		807.5	
4月29日	星期三	鹹豬肉	咖哩馬鈴薯	海結滷豆乾	豆芽菜	季節時蔬	6.7	2.8	1.9	2.3		914	
		醬燒雞排					6.7	3.3	1.8	3.3		877	
4月30日	星期四	蒜泥白肉	玉米蒸蛋	百頁豆腐	清炒四季豆	季節時蔬	6	3.5	1.6	1.5		912.5	
		韓式雞丁					6	3.8	1.6	3.4		917	

備註：採用的豬肉皆為國產豬肉(產地：臺灣)

莊雅惠營養師