



| 1月1日(三)元旦假期   |   | 1月2日(四)   | 1月3日(五)   |   |
|---|---|---|---|---|
| <p>* 標示※為有機蔬菜類食材</p> <p>* 標示◎為油炸物</p> <p>* 標示☆為使用在地食材</p>   |   | 美濃板條  | 糙米飯   |   |
|   |   | 可樂豬肉  | ◎鹽酥雞  |   |
|   |   | 香蒸銀絲卷<br>麻油小火鍋<br>※有機皺葉白菜<br>綠豆甜湯                           | 大阪燒炒蛋<br>☆黃瓜什錦<br>菠菜<br>肉骨茶湯                              |   |
|   |   | 熱量：661.9 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.6 醣類：90.5<br>(克) (克) | 熱量：659.5 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.5 醣類：90<br>(克) (克) |   |
| 1月6日(一)   | 1月7日(二)   | 1月8日(三)蔬食日  | 1月9日(四)   | 1月10日(五)  |
| 胚芽飯   | 麥片飯   | 白飯  | 嘉義雞肉飯   | 五穀飯   |
| 醬爆雞丁  | ◎香酥嫩魚   | 洋蔥炒蛋  | 御膳肉排  | 三杯雞   |
| 蘑菇醬嫩腐<br>螞蟻上樹<br>鵝白菜<br>大醬湯                                 | 彩椒小雞捲<br>蔥油蒲瓜<br>青江菜<br>結頭豚肉湯                               | 醬爆黑干<br>關東煮<br>菠菜<br>黃瓜湯                                    | 糖霜吉拿棒<br>☆紅絲高麗菜<br>※有機油菜<br>當歸藥膳湯                         | 丁香魚炒干片<br>☆鐵板肉絲銀芽<br>小白菜<br>裙帶蛋花湯                         |
| 熱量：679 脂肪：23<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.6 醣類：89.5<br>(克) (克)     | 熱量：659.5 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.5 醣類：90<br>(克) (克)   | 熱量：661.9 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.6 醣類：90.5<br>(克) (克) | 熱量：654.7 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.3 醣類：89<br>(克) (克) | 熱量：664.4 脂肪：22<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：27.1 醣類：89.5<br>(克) (克) |
| 1月13日(一)  | 1月14日(二)  | 1月15日(三)蔬食日   | 1月16日(四)  | 1月17日(五)  |
| 燕麥飯   | 糙米飯   | 白飯  | 中式炒麵  | 紫米飯   |
| 鐵路豬排  | 薑母雞   | 阿婆滷蛋  | ◎轟炸雞翅   | 杏菇骰子豬   |
| 香滷豆干<br>☆白菜蝦皮<br>青江菜<br>味噌豆腐湯                               | ☆柴香豆芽魷魚丸<br>小瓜炒肉片<br>小白菜<br>冬瓜茶珍珠                           | 香炒高麗菜<br>香拌干絲<br>油菜<br>竹筍湯                                  | 肉燥海帶結<br>相思紅豆包<br>※有機鵝白菜<br>肉羹湯                           | 三杯洋芋<br>菜脯炒蛋<br>菠菜<br>冬瓜豚肉湯                               |
| 熱量：683.9 脂肪：23.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：29.1 醣類：89<br>(克) (克)   | 熱量：657.1 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.4 醣類：89.5<br>(克) (克) | 熱量：659.5 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.5 醣類：90<br>(克) (克)   | 熱量：659.5 脂肪：21.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：26.5 醣類：90<br>(克) (克) | 熱量：666.8 脂肪：22<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：27.2 醣類：90<br>(克) (克)   |
| 1月20日(一)  |   |   |   |   |
| 五穀飯   |   |   |   |   |
| 鹹水雞   |   |   |   |   |
| 招牌滷味<br>☆蝦皮紅絲高麗<br>※有機小松菜<br>酸辣湯                            |   |   |   |   |
| 熱量：671.7 脂肪：22.5<br>(大卡) (克)<br>蛋白質：27.8 醣類：89.5<br>(克) (克) |   |   |   |   |

\*\*使用台灣豬肉\*\*