

日期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	其他	營養分析						
4月8日 星期一	白米飯	61.0	古都素肉燥	82.0	佛跳牆	78.0	履歷小白菜	70.4	紫菜蛋花湯	24.9	鮮奶	糖類(g): 全穀雜糧類	3.4
	白米	61.0	豆干碎 特小豆輪 冬瓜丁 紅蘿蔔丁 乾香菇 花瓜罐	40.0 8.0 20.0 3.0 1.0 10.0	大白菜切片 胡蘿蔔片 芋頭 素排骨 鵪鶉蛋 冷凍栗子 薑絲	47.0 3.0 10.0 8.0 6.0 4.0 0.4	履歷小白菜 薑絲	70.0 0.4	紫菜絲 洗選蛋 紅蘿蔔絲 薑絲 金針菇	0.5 14.0 5.0 0.4 5.0		糖類(g): 豆及豆內類	2.1
4月9日 星期二	燕麥糙米飯	61.0	三杯茄子	82.4	羅勒野菇烤洋芋	100.0	有機蔬菜	72.4	大瓜油皮湯	28.4	水果	糖類(g): 全穀雜糧類	3.2
白米 糙米 燕麥粒	50.0 7.0 4.0	茄子 豆腸 九層塔 薑絲	40.0 40.0 2.0 0.4	馬鈴薯去皮 玉米穗(1公分) 黑蠔菇 杏鮑菇 羅勒	56.0 12.0 16.0 16.0	有機蔬菜 薑絲 茶葉蛋*1 洗選蛋 參香紅茶包 滷包	72.0 0.4 55.0 55.0	大黃瓜中丁 油豆皮 香菇貢丸 薑片	20.0 2.0 6.0 0.4	糖類(g): 豆及豆內類		2.4	
4月10日 星期三	散壽司	55.4	★香酥素雞堡*1	89.0	雙色花椰	86.4	履歷青江菜	70.4	味噌湯	38.3	海苔包	糖類(g): 全穀雜糧類	4
白米 油片絲 玉米粒 鴻喜菇 薑碎 小黃瓜丁 胡蘿蔔丁 洗選蛋	61.0 14.0 4.0 8.0 0.4 10.0 5.0 14.0	素雞堡*1(蛋素) (每人一個) 紅豆芝麻球 (每人一個) 素肉鬆 海苔絲 白醋	42.0 25.0 1.8 0.2	(新鮮)青花菜加工 (新鮮)白花菜加工 素鴨 薑絲	27.0 27.0 12.0 0.4	履歷青江菜 薑絲	70.0 0.4	南瓜去皮中丁 細豆腐切小丁 乾海帶芽 白蘿蔔片 味茶味噌	12.0 17.0 0.3 4.0 6.0	糖類(g): 豆及豆內類		2.1	
4月11日 星期四	糙米飯	81.0	宮保皮蛋	84.8	塔香海草	86.0	有機蔬菜	72.4	泡菜豆腐湯	30.3	鮮奶	糖類(g): 全穀雜糧類	4.5
白米 糙米	50.0 11.0	皮蛋 素排骨丁 油花生 薑片 乾辣椒 花椒粒	50.0 28.0 6.0 0.4 0.4	海草 九層塔 素絞肉 紅辣椒	63.0 1.0 4.0	有機蔬菜 薑絲 素肉圓*1 素肉圓 (每人一個)	72.0 0.4 50.0	素泡菜 嫩油丁 黃豆芽 薑片 昆布	12.0 12.0 6.0 0.3	糖類(g): 豆及豆內類		2	
4月12日 星期五	胚芽飯	81.0	紅燒麵腸	80.4	滷蛋拼盤	89.0	地瓜葉	83.4	珍珠燕麥奶	27.0	水果	糖類(g): 全穀雜糧類	4.2
白米 胚芽米	50.0 11.0	麵腸片 高麗菜切片 西芹 生香菇 彩椒 薑絲	40.0 22.0 6.0 6.0 6.0 0.4	白煮蛋 (每人一個) 海帶結 豆干片 滷包	55.0 22.0 12.0	地瓜葉 薑絲	63.0 0.4	燕麥粒 參香紅茶包 粉圓 貳砂 奶粉	8.0 14.0 5.0	糖類(g): 豆及豆內類		2.3	