

# 113 年寒假暨 112 學年度第 2 學期例假日

## 【安心午餐券領餐內容】

### 1、統一超商股份有限公司

餐券 65 元，可兌換至 **74 元** 餐食商品，超額自付差額

(應有主食，不得兌換含糖飲料、含咖啡因飲品、發酵乳飲料及調味乳)

午餐內容單品之營養調配推薦組合

統一超商提供 45-75 元的組合餐提供選購，每月定期更換菜單

學生若兌換金額不足→推薦茶葉蛋 10 元，補充一日蛋白質約 50-60 公克需求

#### 【45元餐鮮食品項】

奶油手撕餐包

#### 【55元餐鮮食品項】

乾杯炭火燒肉包

聖-金磚香蒜(聖娜麵包門市限定販售)

聖-巧克力丹麥捲(聖娜麵包門市限定販售)

晨光奶油土司(參與期間12/13~12/26)

晨光莓果核桃土司(參與期12/13~12/26)

晨光葡萄土司(參與期間12/13~12/26)

新感覺花生夾心(參與期間12/13~12/26)

統一蛋糕屋蜜雪甜心蛋糕(參與期間12/13~12/26)

統一麵包麥格香菠蘿(參與期間12/13~12/26)

統一麵包卡士達(參與期間12/13~12/26)

統一麵包椰子葡萄捲(參與期間12/13~12/26)

統一麵包乳酪捲餡(參與期間12/13~12/26)

草莓煉乳軟法(參與期間12/13~12/26)

統一蛋糕屋典藏蜂蜜蛋糕(參與期間12/13~12/26)

丹麥土司

愛館大亨-煉乳牛奶麵包

愛館大亨-巧克力堡

#### 【55元餐鮮食品項】

芋酪同行芋泥肉鬆華爾滋

芋酪同行-芋泥金沙丹麥捲

草莓雙銘布雪

#### 【65元餐鮮食品項】

小龍蝦沙拉蛋三明治

鮭魚洋芋滷心蛋三明治

焗烤雙起司鮭魚三明治

新馬辣川味椒麻肉包

松包子絕品起司包

御料小館夏威夷風味披薩

濃醇巧克力杯子蛋糕

聖-玉米培根堡(聖娜麵包門市)

聖-巧克力厚派(聖娜麵包門市)

乳酪核桃軟歐

玫香草莓乳酪麵包

多種穀物軟歐

浪漫蜜柑乳酪軟歐

巧克力雙色可頌

#### 【75元餐鮮食品項】

(熱壓土司)白醬海鮮饗宴

(熱壓土司)醬燒炙烤牛

(熱壓土司)紐澳良風味烤雞

(熱壓土司)丹麥鮭魚起司

(熱壓土司)丹麥南瓜起司

(熱壓土司)荔枝玫瑰起司巧克力

(熱壓土司)厚起司蛋

(熱壓土司)里肌肉蛋

(熱壓土司)韭菜盒子風味

星宇航空美式爆汁熱狗堡

晶華嫩雞鮮蔬貝果

茄汁薯餅起司三明治

里肌百匯三明治

松露風味菠菜厚蛋堡

TOMMI湯米-日式燒牛米漢堡

TOMMI湯米-蔥香燒肉米漢堡

#### 【45/55/65/75元餐飲料/甜品品項】

桂格100%喝的燕麥290ml

光泉鮮奶黑豆漿375ml

光泉OAT燕麥奶375ml

光泉米米杯

光泉無加糖濃豆漿375ml

桂格100%燕麥(顆粒微甜)290ml

瑞穗極制72度低溫殺菌鮮乳290ml

聖德科斯綠暢活蔬果汁

聖德科斯橘元氣蔬果汁

波蜜低卡蔬果汁飲料400ml

野菜生活100%-紅色蔬果

鮮摘果園芭樂綜合果汁飲料TR400

質立希臘式優格(無加糖)



推薦  
A組

雙蔬鮭魚飯糰+燒肉飯糰  
推薦+6元多一瓶無糖豆漿



推薦  
B組

阜杭豆漿飯糰  
推薦+1元多一瓶無糖豆漿



推薦  
C組

熱壓吐司 OR 米漢堡  
推薦+1元多一瓶鮮奶



推薦  
D組

紅燒牛肉飯OR咖哩飯  
推薦+6元多一顆茶葉蛋

※商品以該門市販售數量為準，活動以公司官網公告為主，7-11 保有活動變更內容之權利。

<https://www.7-11.com.tw/freshfoods/hot.aspx>

# 113 年寒假暨 112 學年度第 2 學期例假日

## 【安心午餐券領餐內容】

### 2、全家便利商店股份有限公司

餐券 65 元，可兌換 **74** 元餐食商品，超額自付差額

(應有主食，不得兌換含糖飲料、含咖啡因飲品、發酵乳飲料及調味乳)

1. 麵包類或包子+茶葉蛋+飲料類 鮮乳或無糖(豆漿.米漿.鮮乳.優酪乳).
2. 三角飯糰+茶葉蛋+飲料類 鮮乳或無糖(豆漿.米漿.鮮乳.優酪乳).
3. 大口飯糰+飲料類 鮮乳或無糖(豆漿.米漿.鮮乳.優酪乳).
4. 三明治+茶葉蛋+飲料類 鮮乳或無糖(豆漿.米漿.鮮乳.優酪乳).
5. 義大利麵.涼麵類
6. 炒飯類.炒麵類.炒炊粉類.
7. 便當類.
8. 燴飯類.
9. 關東煮類.沙拉類.鍋物類.

品項	名稱	價格	備註
1	新招牌腿排便當(區)(327g)	65	
2	生滾皮蛋煲粥(500g)	65	
3	大滿足麻醬涼麵(414g)	65	
4	大滿足香辣涼麵(417g)	65	
5	椒麻香蔥涼拌麵(224g)	65	
6	義美什錦蔬食炒飯(270g)	65	素食
7	紅藜蔬食炒飯(270g)	65	素食
8	鹽水意麵(330g)	70	
9	蒜辣雙醬麵(318g)	75	
10	滑蛋干貝雞茸粥(500g)	75	
11	炸醬炒泡麵(318g)	75	
12	沙茶豬肉炒麵(324g)	75	
13	奶香蒔蔬寬扁麵(320g)	75	
14	冠軍炒飯(280g)	75	
15	嘉義劉里長雞肉飯(354g)	79	
16	麻辣滷肉飯(357g)	79	
17	香滑嫩蛋牛肉燴飯(481g)	79	
18	金咖哩甘口咖哩飯(523g)	79	
19	金咖哩濃辛咖哩飯(525g)	79	
20	黑纖雞肉粥(500g)	79	
21	烤蔬菜蕃茄筆尖麵(355g)	79	素食
22	麻婆豆腐烏龍麵(349g)	79	
23	輕鬆生活素三杯炒飯(285g)	79	素食
24	輕鬆生活鮭魚炒飯(275g)	79	
25	桂冠起司海鮮飯(410g)	79	
26	薑黃素炒飯(275g)	79	素食

※商品售價依賣場公告為主。

# 113 年寒假暨 112 學年度第 2 學期例假日

## 【安心午餐券領餐內容】

### 3、萊爾富國際股份有限公司

餐券 65 元，可兌換 75 元餐食商品，超額自付差額  
(可配合當期促銷方案)

(應有主食，不得兌換含糖飲料、含咖啡因飲品、發酵乳飲料及調味乳)

#### 一、餐食設計是否多樣化

學生憑安心餐券至門市可兌換：便當、麵包、飯糰、三明治、水果、沙拉、饅頭、地瓜、熱狗及各類包子等商品，顧及學生營養健康，其餘商品不得兌換。



#### 二、飲品供應內容：

學生憑安心餐券至門市可兌換：牛奶、豆漿、米漿、豆奶、燕麥飲品及優酪乳等商品(可配合當期促銷方案)

貼標 49/59 元 18°C/4°C 鮮食/麵包任 1 件	+	指定 4°C 飲料任 1 件	=	合購價 49/59 元
-----------------------------------	---	----------------	---	----------------

<18°C 三角飯糰、4°C 三明治、漢堡、海苔飯捲、飯糰>

商品類別、品項	鮮食價格帶	備註	商品類別	鮮食價格帶	備註
指定貼標商品	\$28~\$30	49 元組合	指定貼標商品	\$31~\$37	59 元組合

<麵包>

商品類別、品項	麵包價格帶	備註	商品類別、品項	麵包價格帶	備註
指定貼標商品	\$28~\$30	49 元組合	指定貼標商品	\$31~\$42	59 元組合



## 餐盒類清冊

商品類別	商品名稱	規格	售價
主餐米飯類	4C特選咖哩雞燴飯	490g	85
主餐米飯類	4C特選牛肉燴飯	500g	95
主餐米飯類	4C珍選五穀飯	176g	35
主餐米飯類	4C珍選白飯	170g	25
主餐米飯類	4C鬍鬚張魯肉雞絲飯(新)	312g	79
主餐米飯類	4C鬍鬚張招牌魯肉飯(新)	360g	79
主餐米飯類	4C鬍鬚張魯肉腿排飯(新)	339g	89
主餐米飯類	4C鬍鬚張魯肉雞腿飯	375g	89
主餐米飯類	4C一碗滷排骨飯	420g	99
主餐米飯類	4C韓式豬肉拌飯	411g	79
主餐米飯類	4C雞腿油飯	320g	79
主餐米飯類	4C嘉義油飯	260g	60
主餐米飯類	4C薄多義粉紅醬海鮮燴飯	366g	89
主餐米飯類	4C薄多義炸雞德腸雙拼燴飯	415g	99
主餐米飯類	4C黑胡椒豬柳蓋飯	388g	79
主餐米飯類	4C香腸蛋炒飯	270g	79
主餐米飯類	4C打拋豬炒飯	270g	79
主餐米飯類	4C麻婆豆腐蓋飯	452g	70
主餐米飯類	4C起司海鮮飯	375g	89
主餐米飯類	4C超越一台斤咖哩飯	630g	89
主餐米飯類	4C唐揚咖哩歐姆蛋包飯	410g	89
主餐米飯類	4C蕃茄歐姆蛋包飯	440g	79
主餐米飯類	4C炸豬排歐姆蛋咖哩飯	488g	89
主餐米飯類	4C泰式打拋豬蓋飯	370g	79
主餐米飯類	4C起司炸豬排丼飯	420g	89
主餐米飯類	4C滑蛋牛肉丼飯	460g	89
主餐米飯類	4C濃焙咖哩雞蓋飯	460g	79
主餐麵食類	4C韓式炒泡麵	344g	79
主餐麵食類	4C越式炒泡麵	370g	79
主餐麵食類	4C沙茶豬肉炒麵	375g	79
主餐麵食類	4C新竹炊粉炒	335g	60
主餐麵食類	4C泰式海鮮涼麵	290g	79
主餐麵食類	4C日式蕎麥風味麵	256g	62
主餐麵食類	4C飽胃站麻醬涼麵	529g	79
主餐麵食類	4C涼麵本舖麻醬豆皮	296g	59
主餐麵食類	4C涼麵本舖蒜辣麻醬雞絲	295g	59
主餐麵食類	4C特重級原味麻醬涼麵	415g	65
主餐麵食類	4C特重級辣味麻醬涼麵	415g	65
主餐麵食類	4C薄多義蒜辣烤雞野菇麵	319g	89
主餐麵食類	4C紅醬燻腸義大利麵	345g	79
主餐麵食類	4C白醬蛤蠣義大利麵	372g	79
主餐麵食類	4C帕瑪森起司肉醬義大利麵	348g	79
主餐麵食類	4C法式烤雞乳酪白醬義大利麵	467.1g	89

# 113 年寒假暨 112 學年度第 2 學期例假日

## 【安心午餐券領餐內容】

### 4、台灣楓康股份有限公司

餐券 65 元，可兌換 **75** 元商品

(單買飲品無法享 10 元優待)，超額自付差額

(應有主食，不得兌換含糖飲料、含咖啡因飲品、發酵乳飲料及調味乳)

主要商品：(現做熱食及西點類)

類別	品項
便當類	雞腿飯、雞排飯、豬排飯、豬腳飯、爌肉飯、肉燥飯、牛肉飯、雙寶飯、日式便當。
現做餐點類	炒飯、蛋包飯、炒麵、炒米粉、義大利麵、蘿蔔糕、水餃。
西點類	吐司、現烤麵包、包子、饅頭、披薩、三明治。

可組合項目：

品項
壽司、涼麵、沙拉、油飯、肉粽、茶葉蛋、湯品。
鮮乳、豆漿、100%果汁、優酪乳、無糖(無咖啡因)飲料、(不可換領含糖飲品、調味乳及咖啡)。

※商品以該門市現場販售為準，促銷活動以公司官網公告為主，楓康超市

保有活動變更內容之權利。

# 113 年寒假暨 112 學年度第 2 學期例假日

## 【安心午餐券領餐內容】

### 5、來來超商股份有限公司 (OK 便利店)

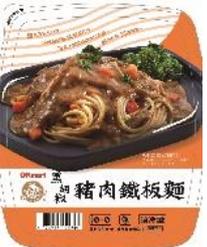
餐券 65 元，可兌換 **74** 元商品，超額自付差額

(應有主食，不得兌換含糖飲料、含咖啡因飲品、發酵乳飲料及調味乳)

#### 鮮食商品推薦

臺中市安心午餐券可兌換飯糰、便當、三明治、包子、烤番薯、關東煮、哈燒棒腿、微波食品、麵包、燕麥奶、原味乳品、100%蔬果汁、水果…外，以下商品也推薦您以午餐券來 OK 超商兌換嘗鮮喔~

#### ★★鮮食類、微波商品★★

商品簡介	溫國智-嘉義雞肉飯 (79 元) 溫國智主廚 20 多年廚藝所研發及代言，採用氣冷雞軟嫩雞胸肉，呈現嘉義雞肉飯的傳統美味	溫國智-宮保豬肉燴飯 (85 元) 溫國智主廚聯名款，宮保與豬肉片的美味結合，椒麻香氣迷人！	溫國智-紅燒牛肉麵 (95 元) 溫國智主廚研發及代言，精選鮮嫩牛腱肉，主廚特製紅燒湯底，最美味的國民美食。
商品圖			
商品簡介	溫國智-海鮮粥 (72 元) 溫國智主廚研發及代言，最鮮甜的粥底，加入鮮蝦、竹輪、魚板等豐富食材，營養美味	日式牛丼 (79 元) 經典日式料理，完整呈現牛肉鮮甜滋味，食材簡單卻又百吃不膩。	舒食雞胸肉-泰式檸檬 (59 元) 健康舒肥料理，留住營養美味。嚴選產銷履歷雞隻，定量製作，低脂、高蛋白質、富含胺基酸。
商品圖			
商品簡介	金品-麻油雞炒飯 (75 元) 特選味香濃郁麻油，陳年老薑搭配米酒拌炒，喚起記憶中的古早味。	黑胡椒豬肉鐵板麵 (75 元) 嚴選台灣豬肉食材，再淋上獨家特調黑胡椒醬，經典美味回味無窮。	福記-雞蓉玉米粥 (69 元) 玉米香濃，幫助消化；雞胸肉、蛋白丁補充完全蛋白質；湯汁稠密，絲綢滑順的飽足感
商品圖			

<p>商品簡介</p>	<p>福記-香菇肉粥 (69 元)</p> <p>古早味鹹粥，精選台灣優良國產豬，肉條有咬感，粥底以紅蔥頭熬煮，蔥香開胃、透軟順口。</p>	<p>廣達香肉鬆飯糰 (30 元)</p> <p>使用廣達香肉鬆，口感更為香甜鬆綿。</p>	<p>泡菜燒肉三角飯糰 (35 元)</p> <p>多種蔬果熬製泡菜醬充分發酵，道地韓式泡菜搭配直火燒烤燒肉，健康美味的新選擇!</p>
<p>商品圖</p>			
<p>商品簡介</p>	<p>淺草宿六-塩鮭三角飯糰 (49 元)</p> <p>使用日本新潟越光米，內餡搭配智利銀鮭，經多道工序塩烤入味，口感鮮嫩多汁，令人驚豔!</p>	<p>淺草宿六-豚味噌三角飯(49 元)</p> <p>用日本新潟越光米，內餡搭配台灣豬肉，以十全赤味噌醃製，香氣濃郁，令人垂涎!</p>	<p>清炒蒜香雞肉義大利麵(79 元)</p> <p>優質橄欖油拌炒，清爽不膩 清炒蒜香味蓄新體驗，口味清爽不膩</p>
<p>商品圖</p>			
<p>商品簡介</p>	<p>雙醬雞肉義大利麵 (79 元)</p> <p>融合蕃茄紅醬的酸甜與奶油白醬的香醇，再鋪上濃郁起司包裹著鮮嫩雞肉塊，創造出前所未有的雙重風味</p>	<p>卜蜂-經典肉絲蛋炒飯 (79 元)</p> <p>嚴選新鮮雞蛋、豬肉，米飯等食材，加入料理米酒及特調辛香料拌炒</p>	<p>卜蜂-客家炒板條 (89 元)</p> <p>嚴選新鮮豬肉、紅蔥頭、香菇等食材，加入料理米酒、香油、大蒜等和板條拌炒</p>
<p>商品圖</p>			

商品簡介	卜蜂-黑松露蘑菇義大利麵 (89 元) 採用高檔松露及新鮮食材，濃郁美味無人可擋	OK choice 起司雞肉捲 (89 元) Q 勁的餅皮，搭配雞肉起司內餡	OK choice 起司牛肉捲 (89 元) 酥中帶嚼勁的餅皮，搭配多汁牛肉內餡
商品圖			

★★麵包類商品★★

商品名稱	金黃墨西哥奶酥麵包 (35 元)	菠蘿香芋麵包(35 元)	起酥奶酥麵包(35 元)
商品圖			
商品名稱	起酥奶酥麵包 (35 元)	牛角麵包 (35 元)	日式蜜香紅豆麵包(90g) NT.35
商品圖			

★★ 微波即食麵包、鮮食★★

品名	商品照	售價(元)	商品介紹
青蔥火腿小吐司		45	<p>★岩島成精心研發~★</p> <p>★台式口味與歐式技術的融合，柔 Q 口感。內餡與麵包完美比例★</p>

<p>起司火腿小吐司</p>		<p>45</p>	<p>★岩島成精心研發~★ ★台式口味與歐式技術的融合，柔Q口感。內餡與麵包完美比例★</p>
<p>奶油餐包</p>		<p>35</p>	<p>★岩島成精心研發~★ ★使用紐西蘭優質乳源製造奶油奶。香。濃。郁★</p>
<p>OK choice 培根歐姆蛋 起司堡 129g</p>		<p>55</p>	<p>濃郁鹹香的起司，搭配香脆培根加上香濃白醬奶香，營養美味!</p>
<p>OK choice 夏威夷火腿 起司堡 129g</p>		<p>55</p>	<p>濃郁鹹香的起司，搭配火腿及鳳梨雙配料，酸甜口感越吃越順口!</p>
<p>鮭魚燕麥飯糰 (冷凍/100g)</p>		<p>49</p>	<p>鮭魚肉質鮮美，燕麥營養豐富，美味早餐新選擇!</p>
<p>氣冷雞-照燒雞 海苔飯糰 (冷凍/95g)</p>		<p>49</p>	<p>與氣冷雞聯名，照燒雞肉鮮甜滑嫩，海苔拌飯美味加倍!</p>
<p>OK choice 雙重起司 德腸燉飯捲 143g</p>		<p>69</p>	<p>多汁彈牙德腸搭配酸甜蕃茄紅醬，加上雙重起司完美融合!</p>
<p>OK choice 蕃茄莎莎 烤雞燉飯捲 173g</p>		<p>69</p>	<p>特調蕃茄醬料，搭配燒烤風味雞肉，爽口又開胃!</p>