

5月3日(一)	5月4日(二)	5月5日(三)	5月6日(四)	5月7日(五)
白飯	糙米飯	蕎麥飯	小米飯	夏威夷炒飯
洋蔥起司滑蛋	△芝麻烤雞腿	杏菇豬排	筍香雞丁	沙茶肉片
塔香素雞	●金針白菜	筍香豆豆	打拋干丁	芝麻包
彩繪青花	咖哩洋芋	黃瓜三鮮	香炒高麗	鮮菇冬瓜
小白菜	油菜	◆有機黑葉白菜	青江菜	福山萵苣
葫蘆玉米湯	白玉三絲湯	味噌魚丸湯	海芽蛋花湯	綠豆小米湯
熱量:660大卡 脂肪:22.5公克 蛋白質:27.2公克 醣類:087.4公克	熱量:659大卡 脂肪:21.5公克 蛋白質:26.6公克 醣類:089.9公克	熱量:647大卡 脂肪:21.6公克 蛋白質:26.5公克 醣類:086.5公克	熱量:641大卡 脂肪:21.9公克 蛋白質:26.4公克 醣類:084.7公克	熱量:776大卡 脂肪:22.5公克 蛋白質:28.6公克 醣類:114.8公克
5月10日(一)	5月11日(二)	5月12日(三)	5月13日(四)	5月14日(五)
白飯	小米飯	紫米飯	義大利麵	糙米飯
杏菇油腐	醬爆豬柳	塔香滷雞腿	◎香酥魚丁	東坡燒肉
茶香滷蛋	●葫蘆燴三鮮	肉燥豆腐	蘿蔔糕	●白醬洋芋
紅顏高麗	鮮菇白菜	玉米四色	鮮菇花椰	西芹什錦
油菜	空心菜	◆有機小松菜	芥藍菜	小白菜
一品冬瓜湯	竹筍雞湯	青木瓜排骨湯	什錦鮮湯	鮮瓜豆皮湯
熱量:643大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:26.4公克 醣類:085.4公克	熱量:655大卡 脂肪:21.8公克 蛋白質:26.9公克 醣類:087.8公克	熱量:667大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:27.0公克 醣類:090.9公克	熱量:655大卡 脂肪:22.6公克 蛋白質:26.3公克 醣類:086.5公克	熱量:681大卡 脂肪:21.9公克 蛋白質:27.7公克 醣類:093.2公克
5月17日(一)	5月18日(二)	5月19日(三)	5月20日(四)	5月21日(五)
白飯	咖哩炒飯	糙米飯	多穀飯	燕麥飯
南瓜滑蛋	* 道口燒雞腿	義式肉片	鴨寶鍋	巴比Q醬炒雞
糖醋豆包	招牌鍋貼*2	黃瓜鮮繪	甜椒高麗	塔香海根
金菇青花	●白菜滷	竹筍炒肉絲	●紅燒馬鈴薯	關東煮
青江菜	福山萵苣	◆有機翠白菜	空心菜	蚵仔白菜
玉米濃湯	紅豆薏仁湯	味噌蛋花湯	葫蘆雞湯	新竹米粉湯
熱量:673大卡 脂肪:21.9公克 蛋白質:27.3公克 醣類:091.6公克	熱量:689大卡 脂肪:22.6公克 蛋白質:27.3公克 醣類:094.2公克	熱量:646大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:26.5公克 醣類:086.2公克	熱量:679大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:27.4公克 醣類:093.3公克	熱量:673大卡 脂肪:21.8公克 蛋白質:27.5公克 醣類:091.6公克
5月24日(一)	5月25日(二)	5月26日(三)	5月27日(四)	5月28日(五)
家常炒麵	小米飯	麥片飯	糙米飯	紫米飯
蒜香豆干	* 泰式魚丁	蔥油雞	鳳梨燻肉	* 岩燒里肌
香菇滷蛋	海帶干絲	筍香三絲	雞家豆腐	彩繪鴿蛋
夯番麥	●白菜什錦	絲瓜麵線	●雲耳高麗菜	洋芋通心麵
青江菜	芥藍菜	◆有機空心菜	福山萵苣	小白菜
酸辣湯	蘿蔔雞湯	海芽金菇湯	茶壺湯	鮮菇雪花湯
熱量:652大卡 脂肪:22.7公克 蛋白質:26.2公克 醣類:085.6公克	熱量:648大卡 脂肪:21.9公克 蛋白質:26.8公克 醣類:086.1公克	熱量:654大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:26.7公克 醣類:088.0公克	熱量:647大卡 脂肪:21.9公克 蛋白質:26.5公克 醣類:086.2公克	熱量:681大卡 脂肪:22.4公克 蛋白質:27.6公克 醣類:092.2公克
5月31日(一)	<div data-bbox="395 1736 654 1792" style="border: 1px solid black; padding: 2px;">使用台灣豬肉</div> <div data-bbox="678 1736 1181 1792" style="border: 1px solid black; padding: 2px;">10大省水好習慣</div> <div data-bbox="1332 1736 1476 1758" style="font-size: small;">經濟部水利署</div> 			
白飯				
義式滷蛋				
塔香麵腸				
蘭陽高麗				
油菜				
鮮蔬粉絲湯				
熱量:647大卡 脂肪:21.7公克 蛋白質:26.5公克 醣類:086.3公克				

◎表炸物 *表過油後烹調 △表烤物 ◆表有機 ●表在地食材；怡饗用心，您用餐安心！使用台灣豬肉！