

3月29日(一)	3月30日(二)	3月31日(三)	4月1日(四)	4月2日(五)	
			薑金炒飯 沙茶嫩雞 肉片冬瓜 招牌鍋貼 ◆青松菜 蘿蔔魚丸湯 熱量:677大卡 脂肪:22.9公克 蛋白質:27.3公克 鹼類:090.3公克		
	炸醬麵 葱燒排骨(瘦) △烤饅頭 ●清香高麗 青江菜 結頭雞湯 熱量:665大卡 蛋白質:26.9公克	麥片飯 洋蔥炒蛋 金菇豆包 小瓜玉米 ◆蚵仔白菜 海苔蛋花湯 熱量:657大卡 蛋白質:26.5公克	多穀飯 杏菇豬排(瘦) 蘭陽白菜 焗汁馬鈴薯 福山萐薜 竹筍豆皮湯 熱量:671大卡 蛋白質:27.2公克	糙米飯 三杯燒雞腿 肉香豆干 ●飴顏冬瓜 小白菜 綠豆小米湯 熱量:714大卡 蛋白質:27.0公克	
4月5日(一)	4月6日(二)	4月7日(三)	4月8日(四)	4月9日(五)	
	白飯 ◎椒鹽魚丁 雙色花椰 咖哩洋芋 小白菜 蘿蔔排骨湯 熱量:644大卡 蛋白質:26.1公克	紫米飯 香菇邊蛋 塔香麵腸 蘿蔔糕(蒸) ◆青松菜 酸辣湯 熱量:682大卡 蛋白質:27.3公克	夏威夷炒飯 香菇邊蛋 塔香麵腸 蘿蔔糕(蒸) ◆青松菜 酸辣湯 熱量:654大卡 蛋白質:26.3公克	糙米飯 △泰式烤雞腿 蠔菇冬瓜 打拋肉末粉絲 迫菜 金菇三絲湯 熱量:667大卡 蛋白質:27.0公克	燕麥飯 蘑菇豬柳 筍香豆腐 玉米四色 福山萐薜 蒲瓜鮮菇湯 熱量:676大卡 蛋白質:27.4公克
4月12日(一)	4月13日(二)	4月14日(三)	4月15日(四)	4月16日(五)	
	白飯 安東雞丁 肉燥油腐 ●飴顏高麗 青江菜 玉米蛋花湯 蘿蔔排骨湯 熱量:644大卡 蛋白質:26.1公克	紫米飯 ◎椒鹽魚丁 雙色花椰 咖哩洋芋 小白菜 蘿蔔排骨湯 熱量:682大卡 蛋白質:27.3公克	夏威夷炒飯 香菇邊蛋 塔香麵腸 蘿蔔糕(蒸) ◆青松菜 酸辣湯 熱量:654大卡 蛋白質:26.3公克	糙米飯 △泰式烤雞腿 蠔菇冬瓜 打拋肉末粉絲 迫菜 金菇三絲湯 熱量:667大卡 蛋白質:27.0公克	燕麥飯 蘑菇豬柳 筍香豆腐 玉米四色 福山萐薜 蒲瓜鮮菇湯 熱量:676大卡 蛋白質:27.4公克
4月19日(一)	4月20日(二)	4月21日(三)	4月22日(四)	4月23日(五)	
	白飯 腰果雞丁 招牌邊味 黃瓜什錦 油菜 杏菇濃湯 熱量:657大卡 蛋白質:26.7公克	糙米飯 洋蔥豬柳 ●沙茶魷魚羹 彩椒花椰 青江菜 筋豆地瓜湯 熱量:730大卡 蛋白質:27.8公克	小米飯 筋燒油腐 菜脯蛋 彩鑲蒲瓜 福山萐薜 金針味噌湯 熱量:623大卡 蛋白質:25.6公克	鐵板麵 ◎鐵路豬排 筍香豆豆 燒番麥 蚵仔白菜 羅宋湯 熱量:670大卡 蛋白質:26.9公克	麥片飯 三杯雞丁 客家小炒 田園什錦 ◆小松菜 洋地瓜排骨湯 熱量:669大卡 蛋白質:27.0公克
4月26日(一)	4月27日(二)	4月28日(三)	4月29日(四)	4月30日(五)	
	上海菜飯 韓式燒肉片 臺燒海帶根 △烤地瓜 油菜 翡翠豆腐羹 熱量:690大卡 蛋白質:27.7公克	多穀飯 *砂鍋魚丁 紹子豆腐 南洋咖哩 芥藍菜 黃瓜排骨湯 熱量:664大卡 蛋白質:26.9公克	糙米飯 芝麻蜜汁豆干 咖哩邊蛋 ●蘿蔔鉗煮 小白菜 金菇蛋花湯 熱量:641大卡 蛋白質:26.4公克	燕麥飯 薑母鴨 芹香干片 佛跳牆 青江菜 玉米雞湯 熱量:640大卡 蛋白質:26.2公克	小米飯 ◎鹽酥雞丁 肉香竹筍 ●韓式粉絲煲 ◆蚵仔白菜 冬瓜魚丸湯 熱量:676大卡 蛋白質:27.2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！